

Gabriela Fischer-Rosenfeld, Fahrenbach
www.praxis-fischer-rosenfeld.de

Die Internetpräsenz meiner

Praxis für Beratung, Psychotherapie, Coaching, Supervision und Fort- und Weiterbildung

will Sie umfassend über das inhaltliche Angebot informieren und Ihnen einen authentischen Einblick in den fachlichen Hintergrund vermitteln. Dabei bin ich mir der Grenzen des Mediums sehr wohl bewusst und freue mich über jede Kritik, Nachfrage und Anregung.

„Alles wirkliche Leben ist Begegnung. Ich werdend spreche ich Du“.

Dieses Wort von Martin Buber, einem jüdischen Religionsphilosophen ist das leitende Motiv in allen Tätigkeitsbereichen meiner Praxis.

Die Angebote der Praxis/Meine Angebote richten sich an Personen, die interessiert sind an innerer Entfaltung und Erkenntnis, persönlichem oder familiärem Wachstum und beruflicher Entwicklung und Bildung. Die Elemente Wachstum, Erkenntnis, Entwicklung und Bildung sind in den einzelnen Bereichen in unterschiedlicher Ausprägung und je nach Interesse des Klienten regelhaft präsent. Das Bild des Ginkgo-Blattes, das diese Website begleitet, repräsentiert dabei das Bewusstsein, dass alles, was wir aktuell wahrnehmen und jetzt erleben, eine Geschichte besitzt - etwas war vorher - und wirkt. Diese Wirkung hat vermutlich zu tun mit der gegenwärtigen Lage des Klienten, die von Einflüssen gekennzeichnet ist, die ihn in die Praxis geführt haben. Dies mit dem Ziel, für die Zukunft einen relevanten Unterschied zur Gegenwart herzustellen, damit er dann sagen kann: Jetzt ist es besser...!

Sie in Ihrer Rolle als Klient und ich in meiner professionellen Rolle bewegen uns damit in einem Kontinuum von Erfahrungen der Vergangenheit über Einsichten und Erkenntnisse in der Gegenwart hin zu einer angestrebten Zukunft, die durch die Begleitung und Beratung oder Bildungsarbeit besser gestaltet sein wird.

Beratung und Psychotherapie: Die private Ebene

Beratung

Der Kern meiner Beratungstätigkeit besteht primär darin, Klienten zu unterstützen, ihr persönliches Potential besser zu erkennen und zu nutzen. Dabei ist das Vermitteln von Informationen ein wesentliches Instrument.

Die Beratung ist thematisch ungebunden; sie wird sowohl in der Einzelsitzung als auch in Gruppen durchgeführt.

Häufige Themen in der Einzelberatung:

- Sinnkrisen
- Selbstwertprobleme
- Störende Lebensgewohnheiten

Aktuell bestehende Gruppen sind:

- Gesprächskreis „Erziehungs- und Familienfragen“, jeweils einmal im Monat, Montagabend in Königheim und Donnerstagabend in Fahrenbach
- Gesprächskreis „Geborgen im Leben“, jeweils einmal im Monat, Donnerstagsvormittag in Mosbach und Donnerstagabend in Fahrenbach

Psychotherapie

- In der Psychotherapie geht es im Wesentlichen darum, gemeinsam mit dem Klienten in einem reflektierten Kommunikationsprozess zu untersuchen:
- welches die Geschichte und der Hintergrund der aktuell schwierigen Lage ist
- die Situation, so wie sie sich gegenwärtig darstellt, anzunehmen
- zu verstehen, welcher Sinn und welche Bedeutung sich darin finden lassen
- zu klären, was davon behalten werden soll und zu entscheiden, welche Veränderungen angestrebt werden
- welches die nächsten angemessenen Bewegungen hin zu dem gewünschten Zustand sind und diese zu erproben
- in der Kommunikation mit sich selbst und eventuell anderen Personen diese Schritte weiter zu verbessern und
- in der Feinabstimmung zu einem Ergebnis zu kommen, das als zufriedenstellend genug erlebt wird.

Zentral ist hierbei die Unterstützung des Klienten beim Finden oder Verbessern des Zugangs zu den eigenen Fähigkeiten und den bereits vorhandenen oder sich entwickelnden Ressourcen. Das grundlegende Ziel ist eine angemessenere Beziehungsgestaltung - sei es mit sich selbst oder anderen Personen - im Rahmen des jeweiligen Umfeldes.

Die Themen in der Psychotherapie umfassen alle Inhalte der persönlichen Lebensgestaltung. Diese können sein:

- Konfliktlagen innerhalb der eigenen Person, Unzufriedenheit mit sich selbst
- Belastungen in und mit der eigenen Herkunftsfamilie bzw. der Schwiegerfamilie
- Schwierigkeiten in der Gegenwartsfamilie, häufig: in zusammengesetzten ‚patchwork‘-Familien
- Probleme in der Partnerschaft
- Anstrengende Geschwisterbeziehungen
- Schwierigkeiten im sozialen Umfeld

Martin Buber schreibt:

Die Grundlage menschlichen Zusammenlebens ist eine zweifache und doch eine einzige - der Wunsch jedes Menschen, von den anderen als das bestätigt zu werden, was er ist, oder sogar als das, was er werden kann; und die angeborene Fähigkeit des Menschen, seine Mitmenschen in dieser Weise zu bestätigen.

Coaching und Supervision: Die berufliche Ebene

Coaching

Im Coaching sind Führung, Leitung, Entwicklung und Change Management zentrale Inhalte. Vorrangig angesprochen sind demnach Führungs- und Leitungskräfte, Selbständige und Unternehmer sowie freiberuflich tätige Personen.

Im Einzelnen geht es um:

- Gestaltung von Kommunikationsstrukturen im Unternehmen
- Übernahme einer Führungsposition, first/change oder nach längerer Abwesenheit
- Entscheidungsfindung bei beruflichen Fragen
- Berufliche Neuorientierung
- Gestaltung der Rolle als Vorgesetzte/r
- Fragen im Hinblick auf Mitarbeiterführung
- Change Management im Rahmen einer Institution bzw. Organisation

- Team-, Gruppenleitung, permanent oder projektbezogen
- Allgemeine Entwicklungsbegleitung
- Gesundheitsfürsorge: präventiv oder beim Wiedereinstieg nach Rekonvaleszenz
- Umgang mit Hinweisen auf Burn-out, Burn-out-Prävention
- Aufbau von Stressbewältigungsstrategien
- Gestaltung der persönlichen Work-Life-Balance
- Persönlich krisenhafte Situationen, berufliche Entwicklungskrisen, Sinnkrisen
- Umgang mit Arbeitsverdichtung
- Klärung von beruflichen und privaten Interdependenzen
- Förderung von emotionaler Führungskompetenz
- Förderung sozialer Kompetenzen, z. B. selbstsicheres Auftreten

Supervision

Supervision befasst sich ganz umfassend mit der Bearbeitung und Klärung beruflicher Fragestellungen. Diese können sich sowohl auf Strukturen als auch zwischenmenschliche Beziehungen und die Verknüpfung von beidem beziehen. Im Einzelnen geht es um:

- den Umgang mit Klienten und Kunden
- Themen auf der kollegialen Ebene
- Fragen der (professionellen) Beziehungsgestaltung im Team
- Schwierigkeiten mit Vorgesetzten oder sonstigen Führungskräften
- Krisenhafte Auseinandersetzungen mit beruflichen Inhalten
- Tiefgehende oder immer wieder auftretende Konflikte oder Blockaden
- Persönliche Fragestellungen

Supervisionen werden durchgeführt als Einzel- und Teamsupervisionen und als Gruppen-Supervision. Ein spezifischer Teilbereich beruflicher Beratung und Begleitung ist die Teamentwicklung und die Begleitung von Teams in schwierigen Situationen mit und ohne Teamleitung.

Moderation

Eine Spezialform der Beratung ist die Moderation.

Hier geht es darum, in komplexen Kommunikations-Situationen durch die neutrale Leitung einen Gesprächs- und Entwicklungsprozess ergebnisorientiert durchzuführen. Bei den folgenden Gegebenheiten ist eine Moderation sinnvoll:

- Situationen, die bereits längere Zeit festgefahren sind
- Prozesse die so konflikthaft verlaufen, dass ein Scheitern droht
- Optimierung von Entwicklungsprozessen einer Gruppe, z. B. einer (neu entstandenen) Abteilung oder eines Teams
- Initiierung von Reflexionsprozessen in einer Gruppe
- Etablierung neuer Besprechungsstrukturen, Begleitung von organisationalen Entwicklungsprozessen

Paul Celan schreibt:

Manche Menschen wissen nicht, wie wichtig es ist, dass sie einfach da sind.

Manche Menschen wissen nicht, wie gut es tut, sie nur zu sehen.

Manche Menschen wissen nicht, wie tröstlich ihr gütiges Lächeln wirkt.

Manche Menschen wissen nicht, wie wohltuend ihre Nähe ist.

Manche Menschen wissen nicht, wie viel ärmer wir ohne sie wären.

Manche Menschen wissen nicht, dass sie ein Geschenk des Himmels sind.

Sie wüssten es, würden wir es ihnen sagen.

Fort- und Weiterbildung und Lehre: Die Ebene von Bildung

Fort- und Weiterbildung

Fort- und Weiterbildung nutzen der beruflichen Qualifizierung, steigern die Effizienz und fördern den beruflichen Aufstieg. Gleichzeitig dienen sie der Entwicklung der Persönlichkeit, da die von mir durchgeführten Fort- und Weiterbildungsangebote die zwischenmenschliche Ebene im Bildungsprozess achtsam und aktiv berücksichtigen; insofern wird auch die berufliche Zufriedenheit gesteigert. Darüber hinaus umgreift mein Bildungsbegriff die Kategorien des Vorher, im Sinne der Nutzung bereits vorhandener Ressourcen, und des Nachher, d.h. er ist ziel- und ergebnisorientiert im Hinblick auf zukünftige Nutzenwendungen und den jeweiligen beruflichen Kontext der Teilnehmenden.

Meine Angebote an Themen in der Fort- und Weiterbildung und für Vorträge sind breit gefächert. Bei Interesse sprechen Sie mich bitte an, nach einer Klärung Ihres spezifischen Bedarfes erstelle ich gerne ein Exposé.

Insbesondere weise ich auf die von mir entwickelte und geleitete Zweijährige Weiterbildung ‚Systemische Beratung‘ hin. Diese führe ich durch in Kooperation mit unterschiedlichen Weiterbildungsträger.

Die Fort- und Weiterbildungsangebote werden in der Praxis, in Kooperation mit anderen Bildungsträgern und gerne auch inhouse in Ihrer Organisation durchgeführt.

Lehre

Seit 2005 bin ich Lehrbeauftragte der Fachhochschule Frankfurt/Main University für Applied Sciences zu den folgenden Themen

- Systemisches Denken und Handeln
- Gesprächsführung
- Reflexion

Gerade der Ausbildung zukünftiger Führungs- und Fachkräfte widme ich mich mit großer Freude, da dies zum einen die Gelegenheit bietet, meine praktischen Erfahrungen auf dem Hintergrund neuerer theoretischer Erkenntnisse fachlich zu reflektieren und es zum anderen ermöglicht, der nachfolgenden Generation ein fundiertes Bildungsangebot mitzugeben.

Martin Buber schreibt:

Ich habe keine Lehre. Ich zeige nur etwas.

Ich zeige Wirklichkeit.

Ich zeige etwas an der Wirklichkeit, was nicht oder zu wenig gesehen worden ist.

Ich nehme ihn, der mir zuhört, an die Hand und führe ihn zum Fenster.

Ich stoße das Fenster auf und zeige hinaus.

Ich habe keine Lehre, aber ich führe ein Gespräch.

Quelle: www.praxis-fischer-rosenfeld.de