

Re-Sourcing-Oase

Berufs-, Karriere-, Lebens-, Gesundheits-Beratung
Rudolf A. Schnappauf (Heilpraktiker Psychotherapie)

Lebensberatung in der Re-Sourcing-Oase

1. Was bedeutet Lebensberatung?

Arbeitsdefinition: „*Lebensberatung als Einzelberatung ist ein intensiver, zeitlich begrenzter, individueller Prozess, in dem der/die Beratene (Klient/in) und sein/ihr Berater (Begleiter, Mentor, Coach) vor, während oder nach privaten oder beruflichen herausfordernden oder belastenden Situationen gemeinsam an miteinander vereinbarten Themen und Zielen arbeiten, um einen Wachstums- und Veränderungs- Prozess zu starten und zu einem erfolgreichen Abschluss zu bringen.*“

Die Einzelberatung durch Rudolf A. Schnappauf unterstützt Sie als lern- und entwicklungsbereiten Menschen dabei, Ihr volles Potenzial zu entfalten sowie Ihre Leistungs-, Handlungs- und Führungs-Fähigkeiten zu verbessern. *(Auch als Mutter oder Vater dürfen Sie sich in diesem Sinn als Führungskraft verstehen.)*

Die kommunikative und psychologische Kompetenz des Beraters oder Mentors, sein fachliches und methodisches Berufswissen aus eigener Führungserfahrung und sein therapeutisches Know-how helfen, deutliche Verbesserungen in den Ergebnissen, in der persönlichen Zufriedenheit und im Wohlbefinden der/des Beratenden zu erzielen.

2. Voraussetzungen für Lebensberatung

Eine Grundvoraussetzung für eine gute Beratung ist vollkommene **Unabhängigkeit** des Beraters von seinem Klienten und völlige Unvoreingenommenheit gegenüber dessen Umfeld. Der Berater muss alles von verschiedenen Seiten betrachten können und hervorragend darin sein, Sie in die drei unterschiedlichen Wahrnehmungs-Positionen (assoziiert, dissoziiert und neutrale Meta-Ebene) zu führen.

„Jedes Ding sollte von drei Seiten betrachtet werden.“ (Leonardo da Vinci)

Eine weitere unabdingbare Voraussetzung ist Ihr volles **Vertrauen** als Klient zu Ihrem Berater sowie dessen absolute **Verschwiegenheit** gegenüber Dritten. *(Dazu gehören selbstverständlich auch Ihre Familienmitglieder, Chefs, Mitarbeiter und Freunde!)*

3. Ziele und Inhalte der Lebensberatung

Die Lebensberatung in der Re-Sourcing-Oase ist

- * **ziel-**,
- * **zukunfts-** und
- * **lösungsorientiert.**

Re-Sourcing-Oase

Berufs-, Karriere-, Lebens-, Gesundheits-Beratung
Rudolf A. Schnappauf (Heilpraktiker Psychotherapie)

Nicht die Ursachen der Probleme (Schuldsuche), sondern die erforderlichen Strategien und **Ressourcen zu ihrer Lösung** stehen im Mittelpunkt. Ihr Berater unterstützt Sie als Klienten dabei, Ihre Ziele klar zu definieren und geeignete Möglichkeiten zu finden, sie bestmöglich zu erreichen.

In der Lebensberatung geht es weniger um Wissensvermittlung wie in Seminaren, Kursen oder Trainings, auch wenn der Berater sein Know-how manchmal durchaus einbringen darf. Im Idealfall wird er dies so geschickt durch gezielte offene Fragen tun, dass Sie als Beratene(r) selbst die Lösungen entdecken und sich aneignen können.

Hilfreiche Methoden zum effektiven und effizienten Umgang mit Ihren eigenen Ressourcen und Möglichkeiten stehen im Vordergrund. Außerdem geht es darum, großes Einfühlungsvermögen und hohe Flexibilität im Umgang mit Ihren Mitmenschen (Partner, Kinder, Eltern, Verwandte, Freunde, Kunden, Mitarbeiter, Kollegen, Führungskräfte etc.) zu erreichen.

Es ist Aufgabe eines guten Beraters, Ihnen in jeder Situation zu einem **guten inneren Zustand und zu vielen Wahlmöglichkeiten** zu verhelfen, um **Ihre Unabhängigkeit und Selbstständigkeit** als Beratene(r) zu fördern. **Hilfe zur Selbsthilfe** steht an erster Stelle.

Der Berater ist nicht derjenige, der weiß, wie alles besser geht, und auch nicht der Problemlöser oder gar „Rat-Schläger“. Er hilft beim Sortieren und Neu-Betrachten. Für Sie individuell passende persönlichkeits- und systemorientierte Lösungen zu entwickeln erfordert oft ein Wegkommen von vorschnellen, vordergründigen Sachlösungen.

Manchmal liegen die Lösungen „jenseits des Zauns“ (der eigenen Grenzen des Beratenen). Der Berater sollte daher auch mit unkonventionellen Methoden dazu anregen, vom gewohnten „Weg abzukommen und die Gegend kennen zu lernen“ (Martina Schmidt-Tanger).

4. Wozu Lebensberatung?

Führungskräfte sind oft einsam, genau wie Einzelkämpfer und Spezialisten. Doch auch sie brauchen ehrliche **Rückmeldung** (Feedback) darüber, wie sie und ihr Verhalten wahrgenommen werden. Die Selbsteinschätzung kann erst zusammen mit der Fremdeinschätzung eine realistische Gesamteinschätzung erbringen. Doch wie viel „ungeschminkte“ Rückmeldung erhalten Sie im beruflichen Alltag?

Manager und Fachleute reden viel, doch selten über sich und ihre Gefühle. Wie gut sie sich präsentieren, sagt jedoch wenig darüber aus, wie erfüllend sie leben. Wer darauf aus ist, von andern respektiert zu werden aufgrund seiner Leistungen, kann leicht den Kontakt zu sich selbst verlieren.

Re-Sourcing-Oase

Berufs-, Karriere-, Lebens-, Gesundheits-Beratung
Rudolf A. Schnappauf (Heilpraktiker Psychotherapie)

5. Wobei hilft Lebensberatung?

In einer Einzelberatung holen Sie sich unabhängige, kritische, ehrliche und wohlmeinende Rückmeldung und konstruktive Unterstützung. Weil Ihr externer Berater weder in Ihre familiären noch in Ihre betrieblichen Rollen und Strukturen eingebunden ist, hilft Ihnen seine Sicht, weit über den Tellerrand hinaus zu blicken, und ermöglicht so **neue Perspektiven**, Ideen und Erfolge.

„Der Problemraum ist nicht der Lösungsraum.“ (Einstein)

Inwieweit auch Themen wie Fitness, Gesundheit, Ernährung, Bewegung, Partnerschaft, familiäre Beziehungen, Glauben, Sexualität etc. behandelt werden, hängt von Ausbildung, Erfahrung und Kompetenz Ihres Beraters und von Ihrem Vertrauen zu ihm ab.

6. Welche Vorteile bietet Einzelberatung gegenüber Seminaren?

Weiterbildung besteht zumeist aus Schulung von Gruppen. Individuelles Eingehen auf persönliche Wünsche und Sorgen ist dabei aus Zeitgründen meist nicht möglich. Außerdem verbietet oft die dafür notwendige Diskretion beiden Seiten das Bearbeiten wichtiger persönlicher (intimer) Fragen und Angelegenheiten einzelner. *(Auch sind nur sehr wenige Trainer therapeutisch dafür qualifiziert).*

Fortbildung in Seminaren und Trainings braucht daher eine gezielte individuelle Umsetzung der persönlich relevanten Themen und Inhalte. Da die Vorgesetzten dazu meist nicht in der Lage sind aufgrund fehlender Zeit, fehlender Ausbildung, mangelnder Unabhängigkeit und mangelnder Empathie, bleibt nur die personenbezogene Einzelberatung.

In Seminaren wird viel Wissen vermittelt. Ergänzende Einzelberatung verstärkt diese Lernprozesse nachhaltig und sorgt für die **Umsetzung** in neues Verhalten und wachsende Fähigkeiten.

Lebensberatung ermöglicht es Ihnen, sich mit Unterstützung Ihres Beraters in individuellen Schritten neue Perspektiven und Standpunkte anzueignen und die eigenen Probleme und Ziele in neuem Licht erscheinen zu lassen, wodurch neue Lösungen erleichtert werden.

7. Zum Gewinner werden durch Lebensberatung

Das Bedürfnis nach Echtheit und Glaubwürdigkeit und damit die Forderung von stimmigem, authentischem Verhalten (Einklang von Reden und Handeln) nimmt beständig zu und bestimmt zunehmend die Entscheidungskriterien bei der Auswahl von Mitarbeitern in unserer Wirtschaft, vor allem bei Führungskräften, Verkäufern und Spezialisten. Das verwundert nicht, denn eine der weit verbreitetsten Störungen in der Arbeitswelt heutzutage ist inkongruentes Verhalten, d. h.

Re-Sourcing-Oase

Berufs-, Karriere-, Lebens-, Gesundheits-Beratung
Rudolf A. Schnappauf (Heilpraktiker Psychotherapie)

Denken, Fühlen, Wollen, Sagen und Tun eines Menschen stimmen nicht überein.

Nur wer sich kongruent verhält, wird wirklich respektiert und **erwirbt wahres Ansehen**. Natürliche Autorität und **Charisma** (s. „Erfolgreich Charismatisch Erfüllt“: www.RAS-Training.de/neu/publikationen/erfolgreich.htm) wird nicht durch Anhäufen von Wissen erworben, sondern nur durch Entwicklung der Persönlichkeit und des Charakters zu innerer **Harmonie** gewonnen. Seelenfrieden ermöglicht Kongruenz, und sie ist die Voraussetzung für **Vertrauens- und Glaubwürdigkeit**. Das sind die wertvollsten Qualitäten einer wahren Führungspersönlichkeit.

Daher gehört es zu unseren Hauptaufgaben als Berater, Ihnen auf allen Ebenen zu **innerer Balance** zu verhelfen. Denn ungelöste Konflikte zwischen beruflichen und privaten Werten oder Zielen führen zu starken Belastungen, die Depression, Sucht oder physische Krankheit nach sich ziehen können.

Unterschiedliche Werte, Prioritäten und handlungsbestimmende Motive zu erkennen und sie in Einklang zu bringen, ist eine der edelsten Aufgaben eines professionellen Lebensberaters, Mentors und Coachs.

Wenn Ihr Berater es schafft,

- Sie **wieder in Kontakt mit Ihren Ressourcen und mit der Quelle Ihrer intuitiven Lebensweisheit** zu bringen,
- Sie mit **flexiblen Zielerreichungs-Strategien** dauerhaft auszustatten,
- Ihre **Selbsterkenntnis, Ihr Selbstbewusstsein und Ihr Selbstvertrauen** (wieder) herzustellen oder zu stärken,

dann führt er Sie zur **Selbstverantwortung** und macht sich selbst als Berater überflüssig. Damit sind alle Beteiligten und Betroffenen **Gewinner** geworden und die Beratungsaufgabe ist erfolgreich beendet.
Dabei unterstütze ich Sie gern.



Rudolf A. Schnappauf

Wenn Ihnen dieses Selbstverständnis der Beratung zusagt,
dann freue ich mich jetzt auf Ihren Anruf: **06438 - 540 0**