

CEE . Pressemeldung 04/2016 . Jobcoaching

Bochum, 17. Oktober 2016

Job-Coaching mit Blick auf alle Lebensbereiche

Im Job-Coaching richtet Coach, Gunda Ben Djemia-Böke ihren Fokus nicht nur auf den Arbeitsplatz sondern auch auf Finanzen, Wohnungssituation, Gesundheit, Familie und Freunde. Diese Lebensbereiche bedingen sich gegenseitig. Wenn ich Streit mit meinem Partner habe, fühle ich mich schlecht, bin somit weniger leistungsfähig und kann mein Potenzial bei der Arbeit nicht ausschöpfen. „Zunächst erarbeite ich gemeinsam mit meinen Klienten, in welchem Lebensbereich es hakt. Denn da befindet sich die Stellschraube, die es zu verändern gilt“, sagt Ben Djemia-Böke. Es ist ungemein wichtig, selbst aktiv zu werden und sich zu fragen: „Was kann ich tun, damit sich die Situation für mich zum Positiven ändert?“

Mina, 27 Jahre alt, grübelt schon seit Jahren, ob sie den „richtigen“ beruflichen Weg eingeschlagen hat. Diese Unsicherheit fing bei der Berufswahl an, als sie sich für den Studiengang Sportwissenschaften entschied. Nach ein paar Monaten an der Uni denkt sie: „Ist wohl doch nichts für mich, viel zu theoretisch. Ich will praktisch arbeiten.“ Daraufhin macht sie eine Ausbildung als Physiotherapeutin. Schließlich hat das auch was mit Sport zu tun. Dann ist sie unzufrieden, dass sie keinen Hochschulabschluss hat und geht nach der Ausbildung wieder zurück an die Uni. Damit ihr Studium Sinn macht und logisch auf ihrer Ausbildung aufbaut, wählt sie wieder ein dem Sport verwandtes Fach, Sportmanagement – in der Hoffnung, dort mehr Praxisbezug zu finden. Sie schließt das Studium erfolgreich ab und findet einen idealen beruflichen Einstieg: Sie hat eine halbe Stelle als Physiotherapeutin und eine halbe Stelle als Dozentin an der Uni im Bereich Sportmanagement. Aber sie ist unglücklich. Wieso nur?

Die wahren Bedürfnisse erkennen

Obwohl Mina gemerkt hat, dass weder ausschließlich die Praxis noch nur die „graue Theorie“ ihr Ding waren, gefiel ihr, so denkt sie, die Kombination auch nicht. Was ihr tatsächlich nicht gefiel, war etwas ganz anderes: Mina kommt aus einem kleinen Dorf in Bayern und fürs Studium ist sie damals nach Köln gezogen. Dort hat sie auch ihre Ausbildung zur Physiotherapeutin gemacht, ihren Freund kennengelernt, ihren zweiten Studienanlauf erfolgreich absolviert, viele Freunde gefunden – kurzum ihr Leben eingerichtet. Über die ganzen Jahre hinweg hat sie Köln als Lebensmittelpunkt nicht infrage gestellt, sondern den Job. Im Unterbewusstsein beschäftigte sie aber schon lange die Frage nach dem Ort fürs „Sich Niederlassen“, vielleicht auch mal mit einer Familie. Dies konnte und wollte sie sich nicht in Köln vorstellen, sondern in einem Dorf ähnlich ihrem Heimatort.

Den Lebensbereich ändern

Mina sucht jetzt eine Stelle als Physiotherapeutin auf dem Lande, will sich vielleicht sogar selbständig machen. Das Wie wird sich ergeben. Jetzt ist Mina erst einmal glücklich zu wissen, dass ihre Berufswahl nicht falsch war, sondern „nur“ ihr Wohnort. Daran lässt sich was ändern. Das ist überhaupt eine gute Nachricht: Es lässt sich immer was ändern!

3.029 Zeichen

Autorin und Ansprechpartnerin für weitere Informationen

Gunda Ben Djemia-Böke

JobProfilFinder

Schillerstraße 21

44791 Bochum

Tel.: 0171 1668799

E-Mail: info@jobprofilfinder.de

www.jobprofilfinder.de

Coaching Experts Europe) e. V.

Der CEE (Coaching Experts Europe) e. V. ist ein Zusammenschluss von Coaches, europaweit.

Der Verband wendet sich an potenzielle Klienten und Interessierte, die sich über Coaching



informieren möchten oder einen geeigneten Coach suchen. Außerdem versteht sich der CEE als Dienstleister für Trainer, Lehrtrainer und Lehrcoaches. Der Verband bietet eine Plattform, auf der zertifizierte Kolleginnen und Kollegen sich und ihre Arbeitsschwerpunkte vorstellen und untereinander auch austauschen können. Der CEE setzt sich ein für Seriosität und Professionalität sowie Qualität durch regelmäßige Rezertifizierungen.

Pressekontakt CEE – Coaching Experts Europe e. V.

Kerstin Ramsauer | Von-Kluck-Straße 14-16 | 48151 Münster | coaching-experts.com
presse@coaching-experts.com | Telefon: 0251.5395-112 | Telefax: 0251.5395-1932