

17. Januar 2014

ENTRY Druckausgabe

ENTRY >>

MAGAZIN FÜR PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG
NEUES WAGEN

01

PERSÖNLICHKEIT & ERFOLG >> COACHING

Burn-out mit 24!

SENKRECHTSTART NACH DEM ZUSAMMENBRUCH

Wie die Bilder einer lohnenden Zukunft Realität werden, erlebt Christopher Peterka (34). Der Gründer und Leiter einer Beratungsfirma für digitalen Wandel fand dank Coaching zu neuen, nun gesunden, beruflichen Erfolgen.

TEXT: CHRISTINE LENDT

Jung, erfolgreich, aktiv: Christopher Peterka hätte man als Paradebeispiel für dieses Ideal bezeichnen können. Er leitete zwei Werbeagenturen, hatte ein politisches Mandat inne, lebte in einer Beziehung, erreichte als Marathonläufer auch im Sport manche Ziellinie. Für all dies hatte er bereits seit vielen Jahren auf Urlaub verzichtet. >>Dann kam der Tag, an dem ich merkte, dass ich nicht Superman bin.<< Mit 24 Jahren erlitt er infolge eines Burn-outs auch wortwörtlich einen Zusammenbruch.

Er stürzte schwer und brach sich mehrfach den Schädel. >>Ich hätte tot sein können.<< Wieder einigermaßen auf den Beinen, traf er eine Entscheidung. >>Ausschlaggebend war die Frage, ob ich in die zweite Reihe zurücktrete oder gemeinsam mit einem Coach neue Erkenntnisse gewinne.<< Er sah die Chance, sich aus der nun gegebenen Situation heraus weiter zu entwickeln und suchte dazu Rat bei Birgitt E. Morrien von COP, einer Beratungspraxis für Coaching, Organisation & PR

in Köln. Die Referenzen hatten ihn überzeugt und sie passten zu seinem eigenen Profil: Zu den Auftraggebern der Praxis zählen führende Medienfirmen, Fernseh- und Rundfunkanstalten sowie Konzerne wie Audi, VW und Bayer.

LASS DICH VON TRÄUMEN LEITEN

Christopher Peterka entschied sich für den Wandel, der mit einem zweijährigen Coachingprozess einherging: 40 Beratungseinheiten ver-

teilten sich auf zwölf Termine von jeweils 2,5 Stunden. Damit hatte der Medienprofi zugleich eine Entscheidung für das Coaching-Konzept getroffen, das Birgitt E. Morrien selbst entwickelte und seit 1995 anwendet: >>DreamGuidance<< ist eine ganzheitliche Methode, bei der die Klientinnen und Klienten lernen, ihre schöpferische Energie durch eigene Inspiration freizusetzen. Während des Prozesses aktiviert Morrien gleichermaßen die kognitive, emotionale und intuitive Intelligenz ihrer Coachees. Sie schickt die Klienten auf geführte Traumreisen, lässt sie ihre Konflikte in Rollenspielen klären, sucht mit ihnen nach ihren Talenten und führt sie an ihre Kraftquellen heran. >>Lass dich von deinen Träumen leiten, nicht von deinen Problemen<<, lautet das übergeordnete Ziel des Coachings, das auch mit der Visualisierung einer lohnenden Zukunft arbeitet. >>Es gibt mehrere solcher Bilder, die sich bereits in meinem Leben erfüllt haben, und es war jedes Mal verblüffend, das zu beobachten<<, berichtet Christopher Peterka. >>Teilweise waren die tatsächlichen Erlebnisse so nah an der in Trance erlebten Vorstellung, dass sich ein Doppel im Memory-Spiel ergeben hätte können.<< Im Coaching findet der Trendforscher die

Balance zwischen Work und Life. Er wird Mitglied im Redaktionsbeirat von GDI, einem der größten Schweizer Think-Tanks. Sein Unternehmen gannaca expandiert und eröffnet eine erste internationale Dependance. Christopher Peterka ist sicher: Zu einem neuen Burn-out wird der neue berufliche Erfolg keinesfalls führen. >>Heute habe ich tiefere innere Stabilität gefunden, weiß mich den Vorgängen in meinem Leben deutlich gelassener zu widmen und kann so dem allgegenwärtigen Wandel um mich herum und in meiner Person auf gesündere Art und Weise begegnen.<<

COACHING SEMINARE >>

DREAM GUIDANCE BIRGITT E. MORRIEN

Ob jemand eine frustrierende Arbeitsstelle zum Traumjob machen möchte oder einen alten Traum zur neuen Aufgabe – Ziel des Coa-



Birgitt E. Morrien

chings mit DreamGuidance ist es, die Lösung zu finden. In ihrer dreiteiligen Fortbildung vermittelt Birgitt E. Morrien ihren Klienten Methoden, um sich selbst besser zu managen und unternehmerisch zu platzieren, zu Gunsten eines gesteigerten, gelassenen Erfolges. Dabei verbindet die Buchautorin auf überzeugende Weise Sachverstand mit Unterhaltungswert.

>> **Modul 1: 23.-26.5. / Modul 2: 4.-6.7. / Modul 3: 24.-26.10.14**
>> **www.cop-morrien.de**

Das sagen Seminarteilnehmer:
>>Zunächst war es reines Wunschdenken gewesen. Ich hatte meine Vorstellungen von einer erfolgrei-

chen Zukunft – und diese visualisierte ich, beziehungsweise ich erträumte sie mir als Realität, denn so hatte ich DreamGuidance schließlich verstanden. Das gutgehende Sehzentrum mit umfangreicher Kundschaft, die ich glücklich mache, existierte nur in meiner Fantasie. Heute tue ich exakt das, was ich schon damals vollmundig beschrieben habe, und bin, das muss ich gestehen, darüber einigermaßen verblüfft.<< - Stefanie Hennigfeld, 51, aus Erftstadt bei Köln (Die Seh- und Visualtrainerin gründete nach dem Coaching erfolgreich „Durchblick“, ein eigenes Institut für Sehtraining)

COACHING MEDIEN >>

BUCH

BIRGITT MORRIEN

Coaching mit DreamGuidance

Kösel-Verlag, München, 2012

In ihrem Ratgeber stellt Kommunikationswissenschaftlerin und Coach Birgitt E. Morrien ihr selbst entwickeltes Konzept >>DreamGuidance<< vor, das sie seit 1996 in ihrer Kölner Beratungspraxis für Coaching, Organisation und PR (COP) erfolgreich anwendet. Die ideale Unterstützung,

um das eigene Potenzial zu entdecken und neue berufliche Perspektiven zu entwickeln. In vier Schritten den individuell passenden Weg finden – mit vielen praktischen Übungen und realen Fallbeispielen.

HINWEIS>>

Weitere 40 Klientinnen und Klienten berichten in Morriens Weblog über ihre Erfahrungen im Coaching mit DreamGuidance bei der Kölner Kommunikationswissenschaftlerin: www.Coaching-Blogger.de >Themen >Fallgeschichten. Eine Auswahl von Buchveröffentlichungen der Senior-Beraterin ist auf ihrer Homepage zu finden: www.COP-Morrien.de >Media

