

## **Ich skizziere zwei Beispiele sowie meinen NeuroSupervisions-Drei-Phasen-Ansatz hier (beim ersten Gespräch gern noch konkreter).**

In den seltensten Fällen analysieren wir Menschen unser eigenes Handeln auf eine sinnvolle Art und Weise. Wir bedienen uns zumeist unserer gewohnten Muster und bemerken erst viel zu spät, dass diese nicht mehr zum Erfolg führen. Das Ergebnis sind Fehlentscheidungen – oft genug mit allzu drastischen Konsequenzen.

Ein sehr engagierter Altenpfleger bat mich vor einiger Zeit um Unterstützung. Er liebte seine Arbeit mit Menschen, kümmerte sich aufopferungsvoll auch um jene, die nur noch selten Besuch bekamen, und verbrachte so fast 70 Stunden die Woche im Altenheim. „Ich kann doch gar nicht anders“, lächelte er traurig. Für seine Freunde und Hobbys nahm sich der Mann kaum noch Zeit, und auch das Abschalten nach dem Job fiel ihm immer schwerer. Sein Wille zu helfen war übergroß und so bemerkte er nicht, dass das nur geht, wenn er selbst ausgeglichen und gesund ist. Der Altenpfleger bekam einen burnout – und konnte lange Zeit niemandem mehr helfen.

Eine Rechtsanwältin, die in einer Top-Kanzlei tätig war, hatte ein anderes aber dennoch ähnliches Problem. Sie war sehr fähig, arbeitete hart und bekam von ihrem Chef einen komplizierten Fall nach dem anderen übertragen. Weil die Frau von einer großen Karriere träumte und Partnerin in der Kanzlei werden wollte, lehnte sie keinen davon ab. Die inhaltliche Belastung sowie der Zwang zu abrechenbarer Arbeitszeit (sog. billable hours) wurde jedoch immer größer und so hatte die Rechtsanwältin für jeden einzelnen Fall immer weniger Zeit. Irgendwann schlug eine ihrer Verteidigungsstrategien jedoch fehl, weil sie in einem unkonzentrierten Moment zwei ähnlich gelagerte Mandantschaften miteinander verwechselt hatte. Ihr Mandant wurde verurteilt – völlig zu Unrecht.

Nicht alle Anlässe für Supervision sind so dramatisch. Dennoch bleibt die Herstellung eines Überblicks (super-vision) ein lebenslanges Projekt. In der SYSTEMICS™ NeuroSupervision entwickle ich mit Ihnen Erfolgsstrategien, die auf Ihre individuelle Situation zugeschnitten sind und die Qualität Ihrer Handlungen kurz- und langfristig sichern und verbessern. Danach investieren Sie selbst nur noch 3-5(!) Minuten täglich.

Welches Vorgehen ist dafür notwendig? Mein Lösungsansatz sieht drei Phasen vor:

### **1: Einführung**

- Ein erstes, offenes Gespräch ermöglicht einen Initialeindruck von dem Leben, das Sie führen, und den Zielen, die Sie verfolgen. Sie und ich werden Ihre individuellen, sozialen und beruflichen Interessen besprechen.
- Wir werden uns dem Auslöser nähern, der Ihre Fragestellung oder Krise ausgelöst hat.

### **2: Supervision (Kurzfassung)**

- Ich schlage vor, dass wir uns 12-15 mal für je ca. 2 Stunden treffen inkl. Abschlussbericht.
- Im ersten Drittel analysieren und verstehen wir Ihre üblichen Vorgehensweisen, die Sie anwenden, wenn Sie unter Druck sind.
- Im zweiten Drittel optimieren wir Ihre Lösungsstrategien.
- Im dritten Drittel werden diese automatisiert und somit ein Teil von Ihnen.
- Zusammen entwickeln wir eine Checkliste, die Automatisierung unterstützt und die Sie regelmäßig konsultieren werden.

### **3: Ergebnissicherung**

- In einer Schlussbesprechung werden Sie mich instruieren, wie die Checkliste umzusetzen ist, und sich bereit erklären, sie selbst regelmäßig zu verwenden.
- Wir werden die Möglichkeit optionaler Aktualisierungen besprechen.
- Bei Eignung ist die Qualifizierung als firmeninterner Supervisor möglich.

Einzelnen oder in kleinen Gruppen identifizieren wir Stärken, optimieren Abläufe und bieten neuropsychologische Hinweise an. Diese garantieren Ihnen auch in schwierigen Zeiten permanente Sicherheit für Handeln, indem Sie lernen, Ihre Gefühle und Ihre Denkmuster an Ihre Ziele anzupassen. Sie selbst investieren dafür nur drei bis fünf (3-5!) Minuten täglich.