



Doris Ostermann

Diplomstudium Sozialpädagogik (Fachhochschule Osnabrück)
Integrative Supervision, DGSv-Anerkennung
(Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, EAG)
Master of Science, Supervision und Coaching (Donau-Universität Krems/EAG)
Sozialtherapie (Schwerpunkt Sucht), vom Verband Deutscher Rentenversicherungsträger (VDR) anerkannt (Fritz Perls Institut, Hückeswagen)
Psychotherapie (HPG), Bezirksregierung Lüneburg
NLP-Practitioner (NLP-Institut Berlin)
Logotherapie und Existenzanalyse (Deutsche Gesellschaft für Logotherapie in der Berufs- und Arbeitswelt)
Psychodynamische Imaginative Traumatherapie (PITT), anerkannt von der Ärztekammer (Institut für Psychotraumatologie, Kall)
Integrative Lauftherapie (EAG)
Personality Profiler certified Coach (LINC GmbH, Lüneburg)
Eigenverpflichtung zum Konzept des „Lebenslangen Lernens“, regelmäßige Fortbildungen und Kontrolle meiner Beratungspraxis. Zudem bin ich Lehrsupervisorin am Fritz Perls Institut, EAG und Mitglied in der Deutschen Gesellschaft für Supervision und Coaching (DGSv).

Fasziniert

von anderen Kulturen und anderen Lebensweisen, machte ich 1989 ein Praktikum in Papua Neuguinea, 1990 in Seattle, U.S.A und hospitierte 1993 in einem Entwicklungshilfeprojekt in Burkina Faso, Westafrika. Alle Aufenthalte dienten meiner persönlichen Entwicklung und lehrten mich in der Akzeptanz des „Anderen und Fremden“ und vertieften mein Wissen, das Mensch-Sein einzigartig, unterschiedlich und vielfältig ist. Eine wesentliche Erkenntnis war, dass „Reich-sein“ etwas anderes ist als „sich reich fühlen“ und trotz Armut ein innerer Reichtum bestehen kann. Nicht alles ist so, wie es vordergründig erscheint. Mein Blick für den Wert der immateriellen Dinge verschärfte sich. Es ist viel Zeit notwendig, um Menschen „wirklich“ zu begegnen.

Fasziniert

von der Bedeutsamkeit der Sinndimension und beeindruckt von der Lebensgeschichte von Viktor Frankl, absolvierte ich nach meinem Sozialpädagogik-Studium eine dreijährige Weiterbildung in Logotherapie und Existenzanalyse. Gerade die Sehnsucht nach Sinn (Thema meiner Diplomarbeit) begegnete mir in meiner langjährigen Berufstätigkeit mit suchtkranken Menschen. Zur Erweiterung meiner beruflichen Kompetenz und Entwicklung von persönlicher Souveränität absolvierte ich mit Interesse, Neugierde und Freude „eine Weiterbildung nach der Anderen“ und bin Integrative Sozialtherapeutin (mit dem Schwerpunkt Sucht), NLP-Practitioner und Traumatherapeutin. Es folgte eine dreijährige Supervisionsausbildung und ein Masterstudium Coaching, Supervision und Organisationsberatung an der Donau-Universität in Krems/Österreich.

Fasziniert

vom Lernen der „Integrativen Therapie und Supervision“ kam ich zum Lehren des Integrativen Ansatzes an der Europäischen Akademie für psychosoziale Gesundheit und bin bis heute dort als Lehrtherapeutin und Lehrsupervisorin tätig. Im Rahmen meines Masterstudiums beschäftigte ich mich intensiv mit der Gesundheit im Kontext von Arbeit und der Frage, wie „Gesundheit zu coachen“ ist. Nach Erstellung eines wissenschaftlich fundierten Konzepts des Gesundheitscoachings lag es nahe, dass ich in diesem Arbeitsfeld arbeiten will. Seit 2008 bin ich selbstständig und als Gesundheitscoach in Unternehmen und Institutionen tätig, berate deren Mitarbeiter/innen und führe Schulungen für die Führungskräfte durch. Daneben biete ich Supervision in psychosozialen Arbeitsfeldern an und bin als Trainerin in Seminaren und Schulungen deutschlandweit unterwegs.

Fasziniert

bin ich von meinem Arbeitsfeld und den Begegnungen mit den Menschen. Der Philosoph Emmanuel Levinas schreibt: „Einem Menschen begegnen heißt, von einem Rätsel wachgehalten zu werden“. Diese Haltung möchte ich mir bewahren.

Bedeutsam ist mir bei meinem Tun eine vertrauensvolle und intersubjektive Beratungsbeziehung. Es werden nicht vorgefertigte Programme „abgespult“; Ziele und Lösungswege werden gemeinsam mit dem Kunden in dessen „Zeittempo“ individuell „maßgeschneidert“ erarbeitet. Die Eigenverantwortung und Selbstbefähigung stehen neben Dialogik, Mündigkeit, Freiraum, Partizipation, Mitwirkung und Mitsprache im Vordergrund - der Kunde ist „Experte seiner selbst“.

Mich unterstützen und begleiten folgende integrative Prinzipien nach Prof. Hilarion Petzold:

1. Mache dich selbst zum Projekt!
2. Nutze jede Gelegenheit als Chance!
3. Suche die richtigen Weggefährten!
4. Vertraue deinem Gehirn!

Fasziniert

bin ich von dem mir entgegengebrachtem Vertrauen meiner Kunden und bin dankbar, dass ich mich in meinem Tun wirksam erlebe. Kritische Selbstreflexion ist hierfür unerlässlich. „Sich selbst zu kennen und erkennen“ ist meines Erachtens eine unabdingbare Voraussetzung, um mit Menschen „zu arbeiten“ und souverän mit den Herausforderungen, mit denen ich als Coach konfrontiert werde, umzugehen. Kollegiale Intervision und wertvollen fachlichen Austausch sind durch Netzwerkarbeit möglich; ich bin sehr dankbar mich in einem Netzwerk wie Competto mit kompetenten und lebenswürdigen Kollegen und Kolleginnen zu wissen!