

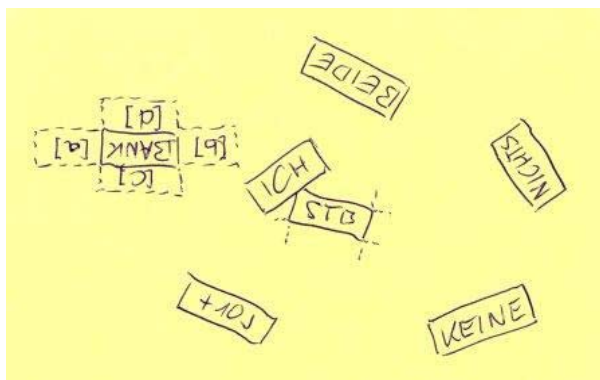
## Karriere-Coaching / Aufstellung

### Berufsentscheidung mittels Tetralemma-Aufstellung

Eine BWL-Absolventin, 26, hat ihre ersten 2 Berufsjahre bei einem großen Steuerberater hinter sich und ist unzufrieden bis unglücklich: 5, manchmal auch 6 Arbeitstage pro Woche, meistens bis 20h, relativieren auch das an sich attraktive Gehalt. Eine Beziehung ist zerbrochen, sie fragt sich, wozu das Geld überhaupt gut ist. Jetzt gibt es eine Alternative: Eine 1-jährige Trainee-Stelle mit höchst interessanten mittelfristigen Perspektiven im Bereich Internationale Investments einer renommierten Bank – zu einem geradezu lächerlichen Lohn. Sie rechnet mit einer positiven Rückmeldung der Bank bis übermorgen und wird sich in diesem Fall kurzfristigst entscheiden müssen. Ihr Stress ist erheblich, denn die Vor- und Nachteile beider Möglichkeiten sind für sie sehr schwer gegeneinander abzuwägen.

Ihr Ziel ist, die bevorstehende Entscheidung mit innerer Sicherheit zu treffen; das Gefühl der inneren Sicherheit beinhaltet bei ihr insbes. das Gefühl eines Aufbruchs zu neuen Ufern.

In einer symbolischen Tetralemma-Aufstellung mittels [Karton-Kärtchen] auf dem Fußboden stellt die Kundin zunächst sich selbst [ICH] auf, dann den aktuellen Job [STB] und die Alternative [BANK]. Es geht um eine weitreichende, sehr wichtige Entscheidung, bei der auch alle auftretenden Randthemen berücksichtigt werden sollen, weshalb eine freie Aufstellungs-Topografie, also nicht gebunden an das beim Tetralemma sonst übliche Quadrat, gewählt wird. Unter Anleitung des Coachs nimmt die Kundin die jeweiligen Positionen über den entsprechenden Kärtchen stehend ein und spürt den aufkommenden Gefühlen nach. Es dauert zunächst oft einige Minuten, bis sie klar wahrnehmen kann, im Verlauf der ersten halben Stunde lernt sie jedoch, sich nach jedem Positionswechsel sehr rasch und gut einzufühlen.



Aufstellungs-Skizze: Ausgangsposition (volle Linien) & Testpositionen (strichliert).

Im [ICH] sticht und rumort [STB] von hinten, gegenüber [BANK] fühlt sich alles aalglatt an, sie kann nicht abschätzen, was dort auf sie zukommt.

Es folgen die Positionen [BEIDE] und [KEINE], die einerseits Gemeinsamkeiten, andererseits Unterschiede symbolisieren und nach entsprechenden Fragestellungen offenlegen.

Beim Besuch von [BEIDE] fällt der Kundin ein, dass aus beiden Engagements eine selbstständige Tätigkeit resultieren könnte. Das gibt Anlass, eine Zukunftsperspektive [+10J] einzuführen. Das ist der Zeitraum, nach dem sie bei [STB] frühestens mit einer Partnerschaft rechnen kann; bei [BANK] sieht sie hier mehrere Möglichkeiten für spätere selbstständige Unternehmungen, selbst international.

Es folgt [KEINE] mit sehr bewegenden Aspekten. Ihre Mutter hat einmal vor einem ähnlichen Dilemma gestanden wie heute die Tochter – und hat damals eine schmerzliche Entscheidung getroffen. Weshalb die Kundin nun von ihrer Mutter gedrängt wird, doch den aktuellen Job nur ja nicht aufzugeben. Nach langen, aufwühlenden Minuten anerkennt die Kundin die positive Absicht der Mutter - und kann die quälenden Gedanken an sie dann ganz leicht loslassen.

Schließlich die 5. Position des „das alles nicht und selbst das nicht“, hier als [NICHTS] symbolisiert. Jetzt liegen alle Karten auf dem Boden. Völlig überrascht sieht sie ihr Dilemma als ein bloß vermeintliches: jetzt erkennt sie klar, dass sie ja niemand zwingt, die angebotene Alternative anzunehmen. Sie findet wohl auch noch andere potentiell interessante Aufgaben. Das entlastet sie weiter, sie ist plötzlich sehr entspannt, wie sprungbereit.

Zurück in die Ausgangsposition des [ICH] – keine Änderung gegenüber dem Beginn. Dann wird [BANK] nochmals ausführlich in 4 Positionen rundherum, [a] bis [d], besucht und ausgetestet – und jetzt tut sich einiges (s. Skizze): In [a] fühlt sie sich sehr unternehmungslustig, in [b] werden ihr viele neue Möglichkeiten geboten, in [c] fühlt sie sich gut aufgehoben und in [d] kann sie sich gut mit [BANK] identifizieren. Die entsprechenden Tests bei [STB] geben ganz eindeutig ungünstigere Wahrnehmungen, sie spürt fehlende Unterstützung und es fällt ihr auf, dass sie selbst nach 2 Jahren von [STB] noch immer in der 3. Person und niemals von „uns“ oder „wir“ spricht.

Mehrmals prüft sie die verschiedenen Positionen um [BANK] und [STB] nach. Ja, sie spürt ein Gefühl der Sicherheit. Ja, sie spürt das Gefühl des Aufbruchs. Ja, es hat sich gelohnt, das alles nachzuprüfen. Sie ist sicher.

Es folgen konkrete Überlegungen und Planungen, wie sie taktisch den Stellenwechsel so inszeniert, dass sie sich die „gute Nachrede“ sichert, kein Porzellan zerschlägt, das bestmögliche Einvernehmen mit Ihrem derzeitigen Chef und Ihren KollegInnen wahrt. Wer kann schon wissen, wie bald sie dem einen oder der anderen von ihnen wieder begegnet...

Nach zwei Tagen ruft sie nochmals an: sie hat das Angebot tatsächlich bekommen – und sie hat es sofort und ohne Zögern angenommen.

Gesamtaufwand ca. 3,5 Stunden.

Zurück zu [Karriere-Coaching](#) / Zurück zu [Aufstellung](#)