

Berufserfahrung // Beratung und Coaching

- Über 20 Jahre: Begleitung von Menschen in persönlich oder beruflich herausfordernden Situationen
- Über 10 Jahre: Coaching, Supervision und Mediation von Einzelpersonen, Teams und Organisationen mit dem Fokus „psychische Gesundheit und Wohlbefinden“
- Beratung von LGBTIQ*-Unternehmens-Netzwerken und Coaching zu ebensolchen Themen
- Workshopangebote, z. B. „Resilienz“, „Gesunde Führung“, „Konflikte“, „Umgang mit psychischen Auffälligkeiten“
- Notfallpsychologie: Begleitung von Menschen und Gruppen nach Extremereignissen (CISM)
- Ehrenamtliche Tätigkeit als Referentin Diversity: LGBTIQ*-Geflüchtete (Entwicklung und Durchführung von Schulungskonzepten)
- Begleitung schwerstkranker und sterbender Menschen als Krankenpflegerin im Bereich Stammzelltransplantation, ambulanter Krankenpflege und Onkologie

Forschung // Lehre // Vortragstätigkeit

- Co-Moderation der Ausbildung „Kollegiale Führung /Agile Organisationsbegleiter*innen“ mit Claudia Schröder und Bernd Oesterreich
- Lehrbeauftragte an der Hochschule Fresenius (Angewandte Organisationspsychologie, Medienpsychologie)
- Vorträge zu verschiedenen Themen, wie Resilienz, LGBTIQ*, Queere Identität, Digitalisierung, Gesunde Führung, gelingende Selbstorganisation am Beispiel „Kollegialer Führung“
- Codingprojekt „Be Ada!“ Workshopreihe für Mädchen* im Grundschulalter zur Aufhebung von geschlechterstereotyper Benachteiligung
- Planung und Durchführung einer Evaluationsstudie zur Wirksamkeit von Resilienzworkshops mit der Universität Duisburg-Essen

Aus- und Fortbildung

1990er Ausbildung zur staatlich examinierten Krankenpflegerin
Körpertherapieausbildung (Reiki III)

- 2000er Studium der Psychologie, Schwerpunkt Arbeits-, Organisations-, Kommunikations- und Medienpsychologie und (endgültig unvollendete) Promotion im Bereich Medienpsychologie (Politische Kommunikation)
- 2018 Agile Organisationsbegleiterin (Claudia Schröder, Bernd Oestereich), Werkstatt für Kollegiale Führung, Hamburg
- 2013 Hypnosystemisches Cognititionscoaching; hypnosystemische Konzepte zu Coaching und Supervision (Gunther Schmidt, DBVC anerkannt), MeiHei, Heidelberg
- 2010 Systemische Organisationsberatung und Change-Managementkompetenzen (Christine Knauf, Almut Probst), Performance Culture Coaching, Köln
- 2009 Systemische Therapie und Beratung (Marion Boxbücher, Karin Egidi, SG anerkannt), Institut an der Ruhr, Bochum
- 2008 Unternehmensführung und -vermarktung, LVQ Weiterbildung gGmbH, Mülheim an der Ruhr
- 2007 Mediation (Manuel Tusch), Institut für Angewandte Psychologie Köln (IfAP)
- 2005 Curriculum Systemische Organisationsberatung (Nicole Krämer), Universität zu Köln, Psychologisches Institut

Regelmäßige mehrtägige Fortbildungen

- 2018 Organisationsentwicklung (Tilman Peschke), MeiHei, Heidelberg
- 2018 Einführung in die Systemischen Strukturaufstellungen (Elisabeth Ferrari & Mathias Varga von Kibeth) SysT
- 2018 Systemaufstellungen in Organisationen (Diana Drechsler), WISL, Wiesloch
- 2017 Effectuation (Michael Faschingbauer), MeiHei, Heidelberg
- 2017 Hypnosystemisches Embodiment (Rolf Krizian), MeiHei, Heidelberg
- 2017 Holacracy (Lessmann & Giese – Brandt), Bewusstes Unternehmen
- 2012 Burn-out und Burn-out Prophylaxe (Carsten Till), MeiHei, Heidelberg
- 2012 Psychologisches Notfallmanagement/CISM (Jürgen Schramm), INTAKKT, Köln
- 2005 Resilienz (Satuila Stierling) Heidelberg

Veröffentlichungen

- Jansen, A. (2017). Führen im digitalen Zeitalter? ASU Zeitschrift für medizinische Prävention (11/2017) S. 792-795
- Jansen, A., Bente, G. & Krämer, N.C. (2010). Wahlkampf 2005: Eine inhaltsanalytische Untersuchung der Inszenierung von Angela Merkel und Gerhard Schröder in den Fernsehnachrichten unter Berücksichtigung des Geschlechterstereotyps. In T. Faas et al. (Hrsg.), Information – Wahrnehmung - Emotion. Politische Psychologie in der Wahl- und Einstellungsforschung. VS Verlag.

In den Medien

- 2015 Interview ‚Resilienz‘
[faz.net/aktuell/beruf-chance/beruf/resilienz-die-unsichtbare-kraft-13339688.html](https://www.faz.net/aktuell/beruf-chance/beruf/resilienz-die-unsichtbare-kraft-13339688.html)
- 2016 Interview ‚Resilienz‘
[vdk.de/deutschland/pages/gesundheit/72000/resilienz_wie_menschen_schweren_krisen_und_chronischen_beschwerden_trotzen_koennen](https://www.vdk.de/deutschland/pages/gesundheit/72000/resilienz_wie_menschen_schweren_krisen_und_chronischen_beschwerden_trotzen_koennen)
- 2016 Interview ‚Resilienz‘
[zeitjung.de/resilienz-stark-psychologie/](https://www.zeitjung.de/resilienz-stark-psychologie/)
- 2018 Interview ‚Diversity – LGBTQ*‘
[rewe-group.com/de/newsroom/stories/drei-fragen-an-dito-beraterin-astrid-jansen](https://www.rewe-group.com/de/newsroom/stories/drei-fragen-an-dito-beraterin-astrid-jansen)