



Wer inne hält, erhält innen Raum. (Laotse)

Dipl.-Psychologin (Universität Köln)

Hypno-systemische Organisationsbegleitung, Coaching & Beratung

Astrid Jansen ist Arbeits- und Organisationspsychologin, systemische Organisationsentwicklerin, Mediatorin, Supervisorin. Sie versteht sich als Reflexionspartnerin in unwegsamem Gelände. Sie bringt eine große Portion Erfahrung ein und geht sowohl mit dem Wissen als auch mit dem ‚Nicht-Wissen-Können‘ kraftvoll und strukturiert um. Das Prinzip „Vertrauensvorschuss“ ist ihr wertvoll. Zahlt das gemeinsame Tun auf das gewünschte Ergebnis ein? Und: Ist das Ziel noch sinnvoll? Regelmäßige Feedbackschleifen sichern den Erfolg des Vorhabens.

Sie lädt ein, das Gegenwärtige zu würdigen und zugleich auf kreative Lösungen in der Zukunft zu fokussieren. Pendelnd zwischen den beiden Polen ergeben sich in Veränderungsprozessen unerwartete Möglichkeiten. Dem Schwierigen weicht sie dabei nicht aus, sie lässt viele Perspektiven zu und übernimmt Verantwortung. Redlich und unaufgeregt.

Humor, Kreativität und Bodenständigkeit verbindet sie mit einem grundsoliden und vielfältigen methodischen Fundament. Ihre Kunden wissen eine professionelle und achtungsvolle Begegnung auf Augenhöhe zu schätzen. Regelmäßige Supervision sichert die Qualität ihrer Arbeit.

Aus der Arbeit im Angestelltenverhältnis, zuerst als Krankenpflegerin und anschließend als Organisationsberaterin, hat sie „Innensichten“ von Organisationen kennengelernt. Aus der Perspektive der Organisationsberaterin hat sie über die Jahre viele unterschiedliche Kundenunternehmen begleitet.

Innovatorin, Querdenkerin, Lernende. Mit Begeisterung widmet sie sich „brennenden“ Themen. Kollegiale Führung (Agile Gilde), hypno-systemische Beziehungsgestaltung (SystemiosTransfer) und die Gemeinwohlökonomie sind Handlungsfelder, die sie zusammenzuführen sucht. Als Lehrende gibt sie ihr Wissen weiter: An der Hochschule Fresenius als Lehrbeauftragte, in der Ausbildung „Agile Organisationsberatung“ (Kollegiale Führung) als Co-Moderatorin. Als Lernende arbeitet Sie in und mit der Natur als Wildnispädagogin und Feuerlauftrainerin. Regelmäßige Supervision sichert die Qualität ihrer Arbeit.

Astrid Jansen // Vita und Veröffentlichungen

Berufserfahrung // Beratung und Coaching

- Über 20 Jahre: Prozessbegleitung von Menschen in persönlich oder beruflich herausfordernden Situationen
- Über 15 Jahre: Traditionelle Organisationsentwicklung, Coaching, Führungskräfteentwicklung, Supervision und Mediation von Einzelpersonen, Teams und Organisationen in angestellter und seit 2018 in selbständiger Tätigkeit (www.enapticon.de)
- Begleitung von Organisationen in die agile Selbstorganisation (kollegiale Führung)
- Inhouse Weiterbildungsangebote zu den Themen ‚kollegiale Führung‘, ‚Resilienz in Organisationen‘, ‚Führungskräfteentwicklung‘, ‚Umgang mit Konflikten‘, ‚Gesundheit in Organisationen (z.B. ‚gesunde Führung‘, ‚Umgang mit psychischen Auffälligkeiten‘)
- Gründerin von Eichhorn.blue (www.eichhorn.blue). Unterstützungsangebot für queere oder trans* Kinder und deren Eltern (bis 2023)
- Beratung von LGBTIQ*-Unternehmens-Netzwerken und Coaching zu ebensolchen Themen und ehrenamtliche Tätigkeit als Referentin Diversity: LGBTIQ*-Geflüchtete (Entwicklung und Durchführung von Schulungskonzepten) (bis 2020)
- 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 z.B. Auswirkungen der Digitalisierung, Gesunde Führung, gelingende Selbstorganisation am Beispiel kollegialer Führung, Resilienz, 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

Mitgliedschaften

- Gilde ‚Agile Organisationsentwicklung‘
- Systemische Gesellschaft
- Gemeinwohlökonomie

Aus- und Fortbildung

- 1990er Ausbildung zur staatlich examinierten Krankenpflegerin (Note: sehr gut, gut)
Körpertherapieausbildung (Reiki III)
- 2000er Studium der Psychologie, Schwerpunkt Arbeits-, Organisations-, Kommunikations- und Medienpsychologie (Note: sehr gut) an der Universität zu Köln und (endgültig unvollendete) Promotion im Bereich Medienpsychologie (Politische Kommunikation) an der Universität Duisburg-Essen
- 2023 Ausbildung zur Feuerlauftrainerin (Martin Berghammer), Ver-Wandlung, Weichs/Bayern
- 2023 Wildnispädagogik – naturverbunden und authentisch Unterrichten (Daniel Bruns & Helen Cat Beckers), Wildnisschule Weltenwandler, Wiesbaden
- 2018 Agile Organisationsbegleitung (Claudia Schröder, Bernd Oestereich), Werkstatt für Kollegiale Führung, Hamburg
- 2013 Hypnosystemisches Cognitionscoaching; hypnosystemische Konzepte zu Coaching und Supervision (Dr. 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 (Prof. Dr. Manuel Tusch), Institut für Angewandte Psychologie Köln (IfAP)
- 2005 Curriculum Systemische Organisationsberatung (Prof. Dr. Nicole Krämer), Universität zu Köln, Psychologisches Institut

Regelmäßige mehrtägige Fortbildungen

- 2023 Familieopstellung (Elmar Hendrix), Instituut voor systemisch werk, Dieren (NL)
- 2020 Systemaufstellung: Theorie U – Wie kommt das Neue in die Welt? (Prof. Dr. Müller Christ), Managementaufstellungen für Nachhaltigkeit, Uni Bremen
- 2018 Organisationsentwicklung (Tilman Peschke), MeiHei, Heidelberg
- 2018 Einführung in die Systemischen Strukturaufstellungen (Elisabeth Ferrari & Mathias Varga von Kibeth) SysT, München
- 2018 Systemaufstellungen in Organisationen (Diana Drechsler), WISL, Wiesloch
- 2017 Effectuation (Michael Faschingbaur), MeiHei, Heidelberg
- 2017 Hypnosystemisches Embodiment (Rolf Krizian), MeiHei, Heidelberg
- 2017 Holacracy (Lessmann & Giese – Brandt), Bewusstes Unternehmen
- 2012 Burn-out und Burn-out Prophylaxe (Dr. 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
- 2016 Interview ‚Resilienz‘
vdk.de/deutschland/pages/gesundheit/72000/resilienz_wie_menschen_schweren_krisen_und_chronischen_beschwerden_trotzen_koennen
- 2016 Interview ‚Resilienz‘
zeitjung.de/resilienz-stark-psychologie/
- 2018 Interview ‚Diversity – LGBTIQ*‘
rewe-group.com/de/newsroom/stories/drei-fragen-an-dito-beraterin-astrid-jansen