

Wenn alles zuviel wird

04.01.2008, 12:34 | Wissenschaft, Forschung, Bildung

Pressemitteilung von: *Insa Budde Seminare, Coaching & Personalentwicklung*



Insa Budde, Business-Coach und Trainerin (BDVT)

Immer öfter werden Menschen durch berufliche Veränderungen vor nicht vorhersehbare und damit neue, ungewohnte Situationen gestellt. Ob es zu einer Neuorientierung kommt oder der drohende Verlust des gewohnten Arbeitsplatzes zu Ängsten und Problemen in der Familie führt: Nicht selten bricht alles über dem Menschen zusammen, er ist es nicht gewohnt und hat nicht gelernt, mit diesen Stress-Situationen richtig umzugehen. Insa Budde aus dem bayerischen Waakirchen am Tegernsee hat fast täglich in ihren Seminaren und Einzel-Coachings Betroffene vor sich. Sie kennt viele Einzel-schicksale und hat Instrumente entwickelt, die helfen, Krisen durchzustehen und sie zu bewältigen.

„Oft sind es soziale Konflikte, die sich in Form von Intrigen oder Mobbing sehr schleichend entwickeln und sich übertragen in die Familie“, weiß die erfahrene Spezialistin. So setzt sie auch in den Beratungen primär in der Seele des Betroffenen an und sieht die Situation ganzheitlich. Und die Werkzeuge, die in den vielen Einzelfällen und -schicksalen zum Erfolg führen, nutzt Insa Budde auch bei den Team-Coachings in Unternehmen. Hier weiß sie, dass Konflikte oft

verdrängt statt als Chance verstanden werden. Ursachen sind unter anderem die Einführung neuer Aufgaben- oder Arbeitsstrukturen. Oft löst allein die Bekanntgabe durch die Unternehmensführung schon Panik oder Angst aus – bei den Mitarbeitern aller Ebenen und ganz stark bei den karriereorientierten Führungskräften.

„Potenziale werden weder durch den Chef noch durch den Mitarbeiter selbst erkannt und entsprechend gefördert“, sagt die Trainerin, die in namhaften Einrichtungen und Instituten lehrt. Wenn man aber Menschen abholt, ihre Stärken und Schwächen analysiert und die Weichen richtig stellt, dann führt das in den meisten Fällen zu einer regelrechten Leistungsexplosion, immer aber zu einem Motivationsschub. Dass die Grenzen zwischen „privat“ und „beruflich“ immer öfter und stärker verschwinden, ist für Insa Budde nicht ungewöhnlich. Der sich verändernde Arbeitsmarkt und die stark steigende Zahl von Heimarbeitsplätzen machen eine Trennung immer schwieriger. Und was man in den USA unter „work life balance“ beschreibt, ist in Deutschland noch weitgehend unbekannt: Der Mensch mit seinen Sorgen und Nöten im Mittelpunkt – ohne ihn erst an den Schreibtisch oder den Herd zu setzen. „Stress und Belastung, Wünsche und Ängste gehen von der Seele aus und haben ihren Ursprung nicht zwingend nur in der Karriereplanung oder in der Scheidung“, bringt es die Trainerin auf den Punkt.

www.insabudde.de

Portrait

Insa Budde, Jahrgang 1967, geboren in Emden, wohnhaft in Waakirchen bei Tegernsee, Bayern.

Die geprüfte Personalreferentin mit 20 Jahren Berufserfahrung in verschiedenen Industrieunternehmen ist seit 2004

Selbstständige Trainerin und Dozentin in verschiedenen Bildungsinstituten, wie

Frankfurt School of Finance and Management, Frankfurt

Sabel Akademie, München

IHK Akademie München und Oberbayern

sowie Inhouse Schulungen, wie z.B.

Sparda Bank, Stuttgart

MAN, München

2007 hat sie die Ausbildung zum BDVT geprüften Business-Coach abgeschlossen und führt seit dem erfolgreich Einzel- und Teamcoaching durch.

News-ID: 180041 • Views: 3136 (Stand: 13.06.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/180041/Wenn-alles-zuviel-wird.html>