



Coaching & Supervision
Christiane Hellwig

Meine beruflich-persönlichen Lebensstationen im Überblick

- **Erstausbildung** in der Krankenpflege, danach tätig in einem Landeskrankenhaus.
- **Hochschulreife** ZBW; erstes **Studium**, Abschluss: Dipl-Sozialpädagogin
- **„Familienbildung“** = Heirat mit Uli, Geburt von Ann-Kathrin und Luisa Marie.
- Beginn **freiberuflicher Tätigkeit** als Weiterbildungsleiterin, Beraterin, „Coach“, Kommunikationstrainerin.
- zweite **Studienzeit**: Soziologie, Sozialpsychologie und Kommunikationswissenschaft. Abschluss: Soziologin/Sozialpsychologie M.A.;
- „Dazwischen“: jeweils mehrjährige **Weiterbildungen** (zertifizierte Abschlüsse) in: systemischer Beratung, personenzentriertem Coaching, gruppenanalytischer Supervision & Personenzentrierter Psychotherapie.
- Kontinuierlich **Fortbildungstage** zur Gruppendynamik, körperorientiertem Verfahren, Transaktionsanalyse sowie Großgruppenmoderation.
- **Ehrenamtlich** viele Jahre für eine ev. Krisenberatung tätig.
- Seit **über 25 Jahren** im Feld Coaching, Beratung und Supervision tätig.
- Seit 2006 **Lehrkraft** für besondere Aufgaben, für verschiedene Hochschulen und Universitäten, aktuell der Universität Duisburg-Essen.
- 2013 Gründung und **Leitung** der Deutschen Akademie für Coaching und Beratung (DACB).
- Bis 2017 Kommunikationstrainings, Outplacement.
- Aktuelle **Tätigkeitsfelder**: Business-Coaching, Team- und Einzel-Supervision, Lehrcoaching und Lehrberatung (DACB/GwG akkreditiert), psychosoziale Beratung, Seminare - zu Themen Kommunikation/Gesprächsführung und Stressbewältigung, Workshops zur psychosozialen Gesundheit.
- **Publikationen** und kleine Forschungstätigkeit zu den Themen Coaching, Kommunikation & psychosoziale Gesundheit: [Meine Veröffentlichungen](#)
- **Mitgliedschaften**: Mitglied „Deutsche Gesellschaft für Supervision und Coaching (DGSv)“; Mitglied „Gesellschaft für Personenzentrierte Psychotherapie, Beratung und Coaching (GwG e.V.)“; Mitglied im Ausschuss Organisationsentwicklung, Supervision und Coaching der GwG e.V.

Sie möchten mehr lesen? Auf der zweiten Seite finden Sie die ausführliche Version:



Coaching & Supervision
Christiane Hellwig

Meine beruflich-persönlichen Lebensstationen und wie ich sie erlebt habe

Geboren und aufgewachsen bin ich im Westfälischen, als drittes Kind einer Kaufmannsfamilie. In der Schule nicht ganz so ehrgeizig, wie sich meine Eltern das wünschten, zog ich es vor zunächst eine Ausbildung zu machen. Und so absolvierte ich eine Krankenpflegeausbildung, arbeitete danach in einem Landeskrankenhaus und holte dann meine Hochschulreife nach.

Ende der 1980er Jahre begannen turbulente Zeiten: Studium der Sozialpädagogik, Nebentätigkeit in einer Klinik und eine erste Weiterbildung in Personenzentrierter Gesprächsführung; parallel dazu wurde geheiratet, meine erste Tochter wurde geboren; Studienabschluss in Regelstudienzeit. Zwei Jahre später die Geburt meiner zweiten Tochter. Und nach einem Jahr Vollzeittätigkeit, als Leitung unseres „kleinen Familienunternehmens“, wurde es für mich Zeit, auch außerhalb der Familie wieder zu arbeiten.

So schloss sich die familienkompatible Freiberuflichkeit an und es folgten Tätigkeiten in der psychosozialen Einzelfall- und Familienhilfe und eine „obligatorische“ systemische Beraterausbildung kam dazu.

Mit der Jahrtausendwende wechselte ich dann in das Feld der beruflichen Erwachsenenbildung. Ich arbeitete fortan mit Berufsrückkehrerinnen als „Außerfachliche Begleitung“, für Unternehmen im Outplacement und Bildungsträger. Ich leitete Workshops, Seminare und führte unterstützende Einzelgesprächen durch, die damals noch keiner „Coaching“ nannte. Es waren Lehr- und Wanderjahre durch verschiedene Branche, mit sehr unterschiedlichen Menschen aller Hierarchieebenen; mit Themen rund um Kommunikation/Gesprächsführung, Konflikte, Gesundheit und berufliche Karrieren.

Dadurch wurde mein Interesse an psychosozialen Zusammenhängen größer und ich entschloss mich zu einem zweiten Studium. Nach einigen Semestern Kommunikationswissenschaft wechselte ich zur Soziologie und bald schon wurde mir klar, dass es für mich der Schwerpunkt Sozialpsychologie sein musste. Konsequenz war danach eine fundierte Weiterbildung zur Zertifizierung für das, was ich schon lange tat: Coaching.

Im Verlauf der Jahre kam dann eine Supervisionsausbildung dazu, die mich noch mehr in dem bestärkte, dass in psychodynamischen Wechselwirkungen die entscheidenden Unterstützungsmöglichkeiten liegen – weniger in technisch-strategischen Techniken und Planungsschritten.

Die Vertiefung dieser Perspektive, durch die Weiterbildung in Personenzentrierter Psychotherapie, hat mir nochmal mehr Unterstützungsmöglichkeiten eröffnet, da es mein Verstehen der psychodynamischen Zusammenhänge nochmals geschärft hat.



Coaching & Supervision
Christiane Hellwig

All diese Erfahrungen und das dazugewonnene Wissen flossen in ein eigenes Coachingkonzept, das ich als Multiplikatorin weitergeben wollte.

Und so gründete ich die Deutsche Akademie für Coaching und Beratung (DACB) mit dem Angebot des Personzentriert-integrativen Coachingkonzeptes, als Kern der Coachingweiterbildung.

Heute arbeite ich als Akademieleitung und Unternehmerin; unterstütze als Coach, Coachausbilderin und Supervisorin internationale Wirtschaftsunternehmen, Universitäten und Hochschulen sowie medizinische und soziale Dienstleister.

Ich freue mich, dass ich so verschiedene Menschen begleiten kann und ihre neue Energie und Aha-Erlebnisse spüren und miterleben darf. Und ich empfinde es als Privileg, dass mir besonders dafür Vertrauen geschenkt wird, mit mir scheinbar festgefahrene Situationen und schwierige persönlich-berufliche Themen zu klären.

Und bei aller Unterschiedlichkeit der Personen, Situationen und Themen mit denen ich arbeite, finde ich doch immer etwas Gleiches: Die Tatsache, dass ein Belastungsempfinden durch das Finden und Nutzen können eigener Ressourcen gemindert werden kann; dass Konflikte, durch das Erkennen von bisher verstellten Sichtweisen leichter, entspannter werden und, dass neue Aufgaben einfacher bewältigt werden können.

Und das alles lässt mich zuversichtlich auf scheinbar unlösbare Situationen schauen und macht mich zufrieden mit meinem Beruf.

Dennoch: ich wäre nicht ich selbst, wenn ich nicht den Wunsch hätte, (mich) weiter zu entwickeln, kreatives Potential zu nutzen, um Potentiale zu öffnen.

Dabei ist es mir in der Arbeit von Person zu Person wichtig,

- steht mit dem Möglichen zu gehen,
- das verborgene „Authentische“ im Menschen zu finden,
- damit das scheinbar Unmögliche sinn-voll und motiviert umgesetzt werden kann.

In Bezug auf „Dinge“ hinterfrage ich Grenzen, konstruktiv, ehrlich und wertschätzend.

- Um Bestehendes zu würdigen und Neues zu ermöglichen.

Entwicklung hört für mich nie auf.

Sinnvoll Weiterkommen.

[Anfrage stellen](#)