Coaching-Verlauf in Stichworten

1. Erster Kontakt: telefonisch, persönlich
2. Mit dem Coachee eine gemeinsame Atmosphäre des Vertrauens und der Annahme erschaffen
3. Mit dem Coachee seine Thematik herausarbeiten Ist-Zustand, Bestandsaufnahme
4. Wo steht der Coachee jetzt mit sich und seinem Thema?
5. Wenn der Coachee sich in der Vergangenheit aufhält, führt der Coach einen gekonnten break herbei, um danach ressourcevoll weiterzuarbeiten (positive Zukunftsvorstellung).
6. Klare Diagnostik (Hintergrundthemen, Wirkungen aus der eigenen Lebensgeschichte, dem familiären System…) Der Coach führt seinen Coachee in die Gegenwart zurück.
7. Mögliche Transformation unbewusster Themen durch Systemische Arbeit, NLP - Die sieben Schritte…, Aufstellungsarbeit, Konfliktlösung durch Sichtbarmachen unbewusster Konflikte….
8. Frage an den Coachee: Wo stehen Sie jetzt, was ist ihr Thema, das Sie bearbeiten wollen?
9. Frage an den Coachee: Wo wollen Sie hin?
10. Vereinbaren von Coachingzielen, die vom Coachee umgesetzt werden wollen
11. Die verschiedenen Schritte, um die Ziele zu erreichen
12. Ziele werden vereinbart.
13. Coach und Coachee unterschreiben die Vereinbarung (Zielvereinbarung)
14. Der Coach trifft mit dem Klienten eine Honorar-Vereinbarung.
15. Erst die Inhalte, dann die monetäre Ebene
16. Ein Abschluss-Ritual: Zusammenfassung der Stunde, Lob und Anerkennung über die Erreichung des Zieles der Coaching-Stunde

HAUPTSITZ

THEOS CONSULTING AG
Ecke Holz 13
34369 Hofgeismar
Deutschland

FON: +49 (0) 56 71 / 50 700 10
FAX: +49 (0) 56 71 / 409 341
E-MAIL: theos-consulting@t-online.de
WEB: www.theos-consulting.de

HANDELSREGISTER

Amtsgericht Kassel
HRB 15574
UST-IDNR.: DE 279 113 937

VORSTAND | AUFSICHTSRAT

VORSTÄNDIN:
Theresia Maria Wuttke

AUFSICHTSRATSVORSITZENDER:
Ralf Jantschke

AUFSICHTSRATSMITGLIEDER:
Sonja Heimbs, Roman Kolesnikov

Auf welchen Ebenen ist der Coachee erreichbar?

Interventionsmöglichkeiten:

- Verhaltensweisen
- Einstellungen
- Qualitäten und Fähigkeiten
- Human Ressourcen
- Persönlichkeitsebene: persönliche Identität
- Transpersonale Ebene, die Mitte des Coachee

Coaching-Verlauf

Der Coachee beschreibt zu Beginn sein Thema aus seiner ganz persönlichen Sicht. Der Coach führt eine klare und direkte Kommunikation und schenkt seinem Coachee seine ungeteilte Aufmerksamkeit. Hierzu hält der Coach einen Fragenkatalog bereit. Dieser sorgt für Struktur und setzt den roten Faden ins Bild. Der Coach bringt dem Coachee eine wertfreie Haltung entgegen, gleichzeitig vermittelt er seinem Coachee seinen unschätzbaren Wert als Mensch.

Jeder Coachee bringt seinen unverwechselbaren Wert mit. Er trägt ihn in sich und verkörpert ihn. Dieser Wert ist von keinerlei Handlungen oder Haltungen abhängig. Diese innere Haltung gilt es dem Coachee entgegenzubringen. Diese wirkt nonverbal und schafft ein Klima von Vertrauen, Akzeptanz und Annahme.

Der Coach arbeitet mit dem lebendigen Prozess des Coachee. Sein Fragenkatalog ist lediglich eine Leitlinie. Es gilt, den Fluss des Prozesses wahrzunehmen und mit ihm spielerisch zu arbeiten. Dem Fluss des Prozesses zu folgen, setzt eine Haltung voraus, in welcher der Coach in seiner Mitte ruht. Hier ist er mit dem spirituellen Quadranten verbunden, der auch völlig überraschende Lösungen anbieten kann.

Allein die Gegenwärtigkeit und Achtsamkeit des Coachs, der in seiner Mitte verankert ist, vergrößert den Spielraum für Impulse und Lösungen, die den Coachee daran erinnern, was er schon weiß. Der Coach spricht den Coachee nonverbal auf der Ebene seiner Kernkompetenz an. Hier treffen sich Coachee und Coach auf der Basis der Ebenbürtigkeit.

“Ich grüße und verneige mich vor dem Großen, das in Dir lebt und das Du bist“.

Fragenkatalog

- Was ist das Thema des Coachee?
- Wie erlebt der Coachee seine Situation im Augenblick?
- Was ist das, was genau geschieht?
- Gab es bestimmte Situationen, in denen solches oder ähnliches geschah?
- Welche Handlungsabläufe sind darin zu erkennen?
- Gibt es Hinweise auf diese Entwicklung und ihren Verlauf?
- Wiederholen sich solche Situationen in ihren Abläufen?
- Welche Auswirkungen hat das im Leben des Coachee?

Die das Gesamtbild vergrößernden Fragen

- Welche Unklarheiten gibt es?
- Auf welche Weise äußern sie sich?
- Was versperrt die eigene Sicht?
- Sind es persönliche Dispositionen, die zu diesen Unklarheiten führen?
- Welche Unsicherheiten werden im eigenen Leben des Coachee wahrgenommen?
- Woraus bestehen sie?
- Auf welche Weise ging der Coachee mit ihm bereits bekannten Unsicherheiten um?
- Welche Möglichkeiten der Veränderung sind vom Coachee bereits gewählt worden?
- Wie haben sich Veränderungen ausgewirkt?
- Was genau ist dabei herausgekommen?
- Was hindert den Coachee, vorwärts zu kommen?
- Was genau würde geschehen, wenn es keine Hindernisse mehr gäbe, das gewünschte Ziel zu erreichen?

Bestandsaufnahme im Hier und Jetzt

- Was ist meine Realität?
- Das eigene Selbst-Bild
- Das eigene Selbstverständnis
- Die persönliche Spur finden
- Den roten Faden entdecken und wieder aufnehmen

Die Spiegelung des Lebensskriptes in der Abbildung der Außenwelt Die Verbindung der Innen- und Außenwelten

Fenster der Möglichkeiten: vorhandene und unentdeckte Ressourcen

Im Außen

- In persönlichen Beziehungen, Familie - Gegenwartssystem - Partnerschaft, Freundschaften
- Im Beruf, Berufung - Erfolg
- Kreativität, Hobbys, Lieblingsbeschäftigungen
- Wohl-Stand, Finanzen
- Wohnung - Haus, Standort, Wohngegend
- Konflikte, Hindernisse, Wiederholungen
- Brüche in der Lebensgeschichte, wurde die Spur des roten Fadens verloren?
- Potenziale
- Ressourcen

Wie nimmt der Coachee sich während dieser Fragestellung wahr?

Für den Coachee ist es wichtig, zunächst einmal bewusst anzuerkennen, was ist.

Der Coach unterstützt den Coachee darin, die unterschiedlichen Facetten menschlichen Seins als zu sich zugehörig zu erleben.

Hier ist es möglich, über die angebotene Wertfreiheit defizitären Denk- und Gefühlsstrukturen entgegenzuwirken, Schwächen als negativ und Stärken als positiv zu bewerten. Das Leben selbst verläuft in Sinuskurven, in Höhen und Tiefen. Alles was ist, darf sein. Fülle und Leere machen die Gesamtheit menschlichen Lebens aus.

Es gilt, aus der Falle der Polarisierung, in der ein „entweder oder“ existiert, in ein „sowohl als auch“ hinüberzuwechseln.

Das seelische Prinzip ist ein integratives.

Keine Information menschlichen Lebens geht verloren, jede strebt ständig zur Verwirklichung.

So können erlebte Kränkung, Schwäche und erfahrenes Unvermögen über den Weg der Akzeptanz, Annahme und Transformation in die dahinterliegenden Qualitäten von Wertschätzung, Stärke und Kompetenz führen. Hierin spiegelt sich die Ganzheit eines Menschen, die bewusst wahrgenommen werden kann.

Arbeit mit der Kern-Kompetenz

Kommunikation mit dem eigenen Energiesystem und seiner Balance Kreatives Arbeiten mit Träumen

Die Antworten des Coachee liefern dem Coach ein Bild, das einen Überblick verschafft, wie der Coachee mit sich in der Welt steht. Der Coach gibt seinem Coachee hierüber eine klare Rückmeldung. In dem Prozess ist es wichtig, spontan die Ressourcen des Coachee wahrzunehmen, sie rückzumelden und zu ankern.

Im nächsten Schritt bietet das Modell der Abbildungen im Außen noch differenziertere Auskünfte über die Verteilung der Kräfte im Leben des Coachee an.

Je nach Themenschwerpunkt bieten sich folgende Fragestellungen an:

- Wie erlebt der Coachee seine berufliche Situation?
- Wie ist seine soziale Stellung?
- Wie ist seine gesundheitliche Situation?
- Wie erlebt der Coachee seine seelische Situation?
- Welche Werte haben im Leben des Coachee Priorität?

Prinzipienorientierung

- Welche Priorität hat der Coachee in den möglichen Prinzipienschwerpunkten?

Der Coach erkennt in den gegebenen Antworten die Selbstäußerungen des Coachee. Er nimmt seine Kommunikationsmuster wahr und schenkt den nonverbalen Äußerungen seines Coachee Beachtung. Diese äußern sich in seiner Körpersprache, seinen Bewegungsabläufen und in seiner Stimme.

Der Coach achtet auf Projektionen und Übertragungen.

Der Coach holt den Coachee dort ab, wo er steht. Durch seine Spiegelungen, die wertfrei geäußert werden, nimmt er „Einzahlungen“ auf dem Beziehungskonto vor. Die Klarheit seiner Aussagen unterstützt den Coachee in der Eigenwahrnehmung.

In einer lösungs- und zielorientierten Arbeit gelingt es dem Coachee, eigene pro-aktive Handlungsmodelle für seine Ziele zu entwickeln.

Geheim zu haltende Information. Alle Rechte an dieser Information, wie Urheber-, Patent-, Gebrauchsmuster-, Design- und/oder Markenrechte verbleiben bei Theresia Maria Wuttke. Kenntnis von dieser Information lässt Weiterbenutzungsrechte nicht entstehen.