ascoach

akademie für
systemisches
coaching

Dr. Phil. Klaus D. Biedermann

Menschen lieben Veränderung,
doch sie hassen es, verändert zu werden.

Systemisches Coaching

Agenda

Was ist Coaching, was nicht?

Die Grundhaltung des Coaching

Wann ist Coaching angebracht?

Qualifikation des Coach

Agenda

Was macht ein Coach?

Was macht der Coachee?

Ablauf des Coaching

Ergebnis des Coaching

Was ist Coaching, was nicht?

- Coaching ist eine Wegbegleitung. Im Coaching werden die Begabungen und Möglichkeiten des Coachee deutlich gemacht.
- Der Coach geht davon aus, dass der Coachee die beste Lösung bereits in sich trägt. Beim Coaching steht der Mensch im Mittelpunkt.
- Coaching konzentriert sich auf die Zukunft und unterstützt auf dem Weg zum persönlichen Erfolg!
- Coaching ist keine Beratung, Training oder gar Therapie.

Coaching – Grundhaltung und Lebensanschauung

- Alle Menschen sind gleichwertig und gleichberechtigt. Die Würde des Menschen ist unantastbar.

- Dem Menschen in Achtung und Würde zu begegnen bedeutet:
  - ihn anzunehmen, wie er ist - mit seinen Schwächen und Stärken
  - ihm mit Achtsamkeit zu begegnen
  - seine Bedürfnisse und Grenzen zu beachten.

- Jeder Mensch hat aufgrund seiner individuellen Fähigkeiten seine ganz besondere Aufgabe.
- Jeder Mensch ist mit den Systemen, in denen er lebt, verbunden.

- Jeder Mensch ist für sich selbstverantwortlich und kann über sich selbst entscheiden, wenn er die Gesetze des Systems respektiert.

In welcher Situation ist Coaching angebracht?

- Coaching kann grundsätzlich in allen Fragen des beruflichen und persönlichen Lebens helfen.
- Im Coaching geht es darum, Befähigungen zu entwickeln. Die Persönlichkeit wächst durch eine bewusstere Haltung und das praktische Umsetzen.
- Es geht nicht darum, einen bestimmten Führungsstil zu erlernen, sondern eine Führungspersönlichkeit zu sein!

- **Beispiel 1:**
  Eine Mitarbeiterin kann sich trotz fachlicher Qualifikation bei ihren überwiegend männlichen Kollegen nicht behaupten.
- **Beispiel 2:**
  Ein Abteilungsleiter will sein Team zu größerer Leistungsbereitschaft führen. Er stellt seinen Führungsstil in Frage.

Qualifikation des Coachs

- Der Coach ist keine „Eierlegende Wollmilchsau“ und kann nicht unmögliche Dinge möglich machen.

- aber er sollte dies besitzen:

- ***Persönliche Qualifikation - Soziale Kompetenz***
  Die Persönlichkeit des Coachs, seine „menschliche Qualifikation“ sowie Sympathie zwischen Coach und Coachee sind entscheidend für die erfolgreiche Zusammenarbeit.

- ***Fachliche Qualifikation – Fachliche Kompetenz***
  Der Coach sollte betriebs -, marktwirtschaftliche und unternehmerische Kenntnisse haben.
  Er sollte aus eigener Erfahrung wissen, wie Unternehmen funktionieren, welche Kommunikationswege für den Ablauf notwendig sind und wie die Branche „tickt“.

Was macht die/der Coach?

- Der Coach unterstützt bei der Persönlichkeitsbildung - hierzu stellt er Gewohnheiten, Sichtweisen, Lebenseinstellung und bestehende Strukturen in Frage, um Veränderungen zu ermöglichen.

- Ein Coach...
  ... hört Ihnen zu und versteht Sie.
  ... regt Sie zum Nachdenken an.
  ... Lässt Sie Ihre Lösungen finden und stärkt das Vertrauen in Ihre Fähigkeiten.

- Ein guter Coach regt Sie zu vielen Fragen an, denn wer fragt, hat meist auch schon die Antwort.

Was macht der Coachee?

- Zu Beginn stellt sich der Mensch seiner Erkenntnis, dass „etwas nicht stimmt“, dass er etwas verändern möchte. Dieses Bewusstsein ist der erste Schritt, der Coaching möglich macht.

- Der Coachee besitzt die Bereitschaft, bekannte und vertraute Denk - und Verhaltensmuster in Frage zu stellen. Ebenso erkennt er, „NOT“ - wendige Veränderungen zu erarbeiten und diese umzusetzen.

- Der Coachee kann kritische Phasen im Alltag durchstehen und sich an dem persönlichen Erfolg erfreuen.

Ablauf des Coachings -Voraussetzungen

- Freiwilligkeit
  Das Coaching ist gewünscht und freiwillig, der Gecoachte hat ein eigenständiges und begründetes Interesse.

- Diskretion
  Die im Coaching besprochenen Themen und Inhalte sind und bleiben vertraulich und dienen auf keinen Fall der Beurteilung des Gecoachten.

- Persönliche Akzeptanz
  Kann der Gecoachte die Person oder die Beziehung zum Coach nicht akzeptieren, so ist nach Alternativen zu suchen.

Ablauf des Coachings Teil 1

Beratungsbedarf
Erkennen des Wunsches nach individueller Unterstützung

„Erstes“ Kennenlernen
Kontaktaufnahme und das Erstgespräch

Vertragsabschluss
Formaler und psychologischer Vertrag

Klärung der Ausgangssituation
Bestimmung von Ist - und Soll – Zustand

Ablauf des Coachings Teil 2

Zielbestimmung
Ziele und Lösungswege werden erarbeitet

Interventionen
Gespräche und andere Maßnahmen (wie z.B. Aufstellungen)

Evaluation
Überprüfung der Zielerreichung

Abschlussgespräch
Das formale Ende des Coaching

Was ist das Ergebnis des Coachings?

- Letztendlich ist das wesentliche Ergebnis des Coachings, dass der Mensch seine Aufgaben und Chancen erkennt und um das richtige Handeln weiß.

- Wenn Sie den Unterschied zwischen dem Anlernen von Methoden und dem Erarbeiten von Befähigungen betrachten, erkennen Sie das Wesentliche am Coaching.

- Wenn der Coachee „seinen Platz“ im System gefunden hat und diesen akzeptiert, ist er frei.

Unsere Anschrift

ascoach

Akademie für Systemisches Coaching

Dr. phil. Klaus Biedermann

Gut Keuchhof

Braugasse 12

D – 50859 Köln

Fon/Fax: 02234 945870 / 945890

(Mo: 18:00 – 20:00 * Mi: 17: - 19:00 * Fr: 14:00 – 16:00)

Mail: info@ascoach.de

Web: www.ascoach.com

Intensiv - Eintages – Coaching

„Was mich anbetrifft, so zahle ich für die Fähigkeit, Menschen richtig zu behandeln, mehr als für irgendeine andere auf der ganzen Welt.” (John D. Rockefeller).

Coaching "erobert" die Führungsetagen der Unternehmen.
Seien Sie Coach Ihrer Mitarbeiter und nicht länger ein Vor-gesetzter.
Als Manager, Vorstand und Führungskraft sind auf ihre Wahrnehmungs- und Kommunikationsfähigkeit angewiesen, wenn sie Menschen anleiten und führen wollen.
Coaching garantiert Ihnen einen optimalen Einsatz von diesen Menschen und deren Fertigkeiten, es bringt Ihnen mehr Leistung und Motivation, es bietet Ihnen und Ihren Mitarbeitern mehr Lebensqualität am Arbeitsplatz, es erhöht den gegenseitigen Respekt und die Achtung voreinander.
Das Einzelcoaching umfasst ca. 6 Stunden und wird am Ort Ihrer Wahl durchgeführt.
In dieser Zeit können wir intensiv an Ihren Themen arbeiten.

Den Weg der Überlastung verlassen und die Strasse zum Erfolg entdecken.
Das Gleichgewicht finden und ausgewogen leben und managen.

Standortbestimmung

Ob bei der Laufbahnplanung oder im Privatleben: **Vor wichtigen Entscheiden** ist immer eine Standortbestimmung zu empfehlen.
Dazu gehören Reflexion des Vergangenen, Würdigung des Erreichten und Durchleuchten der aktuellen Situation ebenso wie das Erkennen von Ressourcen, Potenzialen und Motiven.
Doch nur im Tun und Erleben lernen Sie sich von einer neuen Seite kennen und finden den Mut, Grenzen zu sprengen.

Dazu brauchen Sie Visionen, einen neuen Zukunftsentwurf und Strategien, diesen umzusetzen.
Wir helfen Ihnen, sich selbst und die aktuelle Situation aus einer objektiveren Perspektive zu betrachten und einzuschätzen. Neue Kraft fliesst Ihnen zu, stützt Ihre Kreativität und Ihren Erfolgswillen. Sie erfahren innere Stärkung und die gefundenen Visionen beflügeln Ihr Selbstvertrauen.

Das selbstverantwortlich und bewusst gewählte neue Ziel lässt Sie kompetent auftreten. Sie gewinnen ein solides Fundament für Ihre persönliche Weiterentwicklung und die erfolgreiche Umsetzung.

Gesprächsführung

"Ist der erste Knopf erst falsch geknöpft, wirst Du die Jacke nie richtig zubekommen."
Deshalb beginnen wir in in diesem Seminar mit dem Wichtigsten, das jeder, der mit Menschen arbeitet, können sollte: Eine gute Beziehung herzustellen zu den Menschen, mit denen er kommuniziert.
Jetzt werden Sie vielleicht sagen, das kann ich doch. Aber können Sie es auch mit den Menschen, die nicht sofort Ihre Freunde, oder auf Ihrer "Wellenlänge" sind?

Sie lernen:
Herstellen des Rapport - der gute Draht
Empathische Gesprächsführung
Grundlagen der nonverbalen Kommunikation
Widerstände erkennen und umgehen
Einwände früh erkennen und umzuleiten
Umgang mit schwierigen Gesprächssituationen

Dauer: 3 Tage Investition: € 900.- Teilnehmerzahl: max. 14

Oder Inhouse nach Absprache

Erfolgreich führen - die Führungskraft als Coach

In diesem Seminar entwickeln Sie Ihre Fähigkeiten, in Veränderungsprozessen lösungsoprientiert umzugehen, ohne die Bedürfnisse Ihrer Mitarbeiter aus den Augen zu verlieren. Denn ein Unternehmen ist nur dann erfolgreich, wenn alle Mitarbeiter die erforderlichen Prozesse mittragen und sich "einlassen". "Innere Kündigungen" schaden einem Unternehmen auf vielfältige Art und Weise und haben oft etwas mit dem Verhalten der Führungskraft zu tun.

Sie erkennen, wie Systeme "ticken" und welche Regeln eingehalten werden müssen, um das gesamte System zum Erfolg zu führen.

Ausserdem lernen Sie, wie Sie auch schwierige Mitarbeiter zur Kooperation bewegen.

Dauer: 3 Tage
Investition: € 1.100.-
Teilnehmerzahl: bis 12

Teamentwicklung

Ein Gruppe von Menschen ist nicht automatisch ein "Spitzenteam".
Der Weg dorthin ist manchmal langwierig und ist Ergebnis eines langen Entwicklungsprozesses.
Das Team geht am Anfang mit vollem Eifer an die Arbeit – stellt aber nach einiger Zeit fest, dass man nicht so gut vorankommt, wie man es sich vorgestellt hat. Zwischen den Erwartungen und der Realität ergibt sich eine Diskrepanz. Die anfängliche Harmonie stellt sich als brüchig heraus. Zwischen den Teilnehmern bauen sich Spannungen auf: Jeder versucht seine Position durchzusetzen, man streitet über Ziele, Aufgaben und Aktionspläne und konkurriert untereinander um Machtpositionen und Aufmerksamkeit.
Die Unzufriedenheit richtet sich auf einzelne Mitglieder, die sich dann im Team als überflüssig oder ausgenutzt empfinden. Die persönlichen Empfindlichkeiten werden ausgeprägter – sachliche Einwände werden als persönliche Angriffe interpretiert.
Projekte müssen oft viele Hindernisse überwinden. Es gibt Widerstände im Team, Konflikte tauchen auf. Und im Vorfeld werden häufig wichtige, erste Schritte vergessen.

Ist das Team in Gleichklang?
Ist der Teamleiter akzeptiert vom Team?
Ist das Projektziel klar definiert ?
Gibt es Widerstände im Team?
Ist das Projektkonzept klar von der Führungsebene bejaht?

Lernen Sie in diesem Seminar die "Grundgesetze der Gruppendynamik" kennen und erproben Sie Methoden, Gruppen erfolgreich zu einem gemeinsamen Ziel zu führen.

Inhouse-Seminar **max. Teilnehmer 14**