



# Businesscoach Basislehrgang – Modul 1

## Grundlagen systemischen Coachings

### Systemisches Coaching

Prinzipien des systemischen Denkens und Handelns

Was ist ein System? Was bedeutet systemisches Denken und Handeln?

### Annahmen des Konstruktivismus

Grundannahmen und Anwendung im beruflichen Alltag und im Coaching

### Phasen des Coaching-Prozesses

Vorphase: Erstgespräch – Klärung des Coachingbegriffes und -ablaufs

Coaching-Gespräche: Ablauf in 4 Phasen

1. Phase: Kontakt aufnehmen und Orientierung schaffen
2. Phase: Ziele klären
3. Phase: Lösungen entwickeln
4. Phase: Transfer in die Praxis sichern

### Gestaltung der Coaching-Beziehung

Spielregeln und Setting im Coaching-Prozess

Die persönlichen Stärken richtig einsetzen: Typen von Coaches

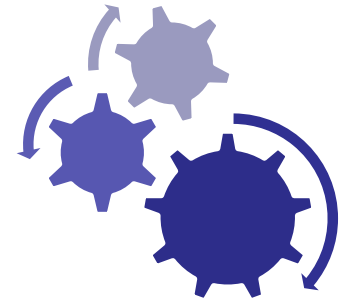
Persönliche Anforderungen an den Coach

Typologie der Coachees nach Steve de Shazer

### Übungen in der Kleingruppe & Einsatz des Reflecting Teams

Fragetechniken im systemischen Coaching: zirkuläre Fragen & 1001 weitere Fragemöglichkeiten

Grenzen im Coaching – angrenzende Disziplinen





## Businesscoach Basislehrgang – Modul 2

### Basis-Coachingmethoden mit 4 Techniken

#### Das SCORE-Modell

Ein rasches und einfaches Modell zur Auftragsklärung jeder Art  
der SCORE-Tanz: Hindernisse entdecken und „ins Fließen“ bringen

#### Die Logischen Ebenen

Eine geliebte Methode bei der Rollenklärung oder  
bei der Unterschiedsbildung zwischen Soll-Ist-Verhalten – Blockaden werden so aufgespürt  
Durchführung mit Moderationskärtchen als Bodenanker – zum Abschreiten

#### Das Tetralemma

DIE Methode bei Dilemmatas – dient zur Entscheidungsfindung und eröffnet weitere Perspektiven  
Durchführung mit unterschiedlichen Materialien u.a. mit Stühlen oder Bodenankern – inkl. einer Anleitung  
zum Selbstcoaching

#### Das Enneagramm

Diese Methode kommt aus dem Mentalbereich und unterstützt im Prozess der Zieldefinition und  
Zielerreichen – es macht Ressourcen und Hindernisse sicht- & bearbeitbar  
Wir arbeiten mit Figuren und dem Enneagramm-Brett

#### Ablauf:

Vorstellung der jeweiligen Methode in der Theorie  
Demonstration – Übung in der Kleingruppe – Reflexion & Learnings  
Zu jedem Modell erhalten Sie ein Kartenset bzw. das Enneagramm-Brett

*...und los geht's!*





## Businesscoach Basislehrgang – Modul 3 Methoden der Lösungsorientierung

### Instrumente der lösungsorientierten Arbeit

Die Lösung lauert überall - vom Problemfokus zum Lösungsfokus  
Lösungen in der Gegenwart - Lösungen in der Vergangenheit (Ausnahmefrage)  
Lösungen in der Zukunft (lösungsorientierte Fragen im engeren Sinn)

### Fragetechniken

Wunderfrage nach Steve de Shazer – Demonstration als Selbstcoachingseinheit in der Großgruppe  
Anwendung von Skalenfragen - weitere lösungsorientierte Fragetechniken

### Prozess des lösungsfokussierten Coachings

Ablauf des lösungsfokussierten Coachings – Chancen & Grenzen bei Coach & Coachee

### Embodiement & Priming – das ZRM

Unterschiedliche Methoden zur Ressourcenstärkung  
Sie lernen das Züricher Ressourcenmodell in einer Selbstcoachingseinheit in der Gruppe kennen

### Kliententypen und Berater-Kunden-Beziehungen

Interaktion des Coaches mit den unterschiedlichen Kliententypen

### Ablauf:

Vorstellung der jeweiligen Methode - Demonstration  
Übung in Kleingruppen - Reflexion & Learnings





## Businesscoach Basislehrgang – Modul 4

### Team- und Organisationsaufstellungen im Einzelcoaching

#### Systemische Grundsätze für Organisationen und Teams

Metaprinzipien für eine hilfreiche systemische „Ordnung“  
Hindernisse und Blockaden in Teams- und Organisationen erkennen  
Anwendungsbereiche und Fragestellungen

#### Wirkung unterschiedlicher Raumpositionen

u.a. für Leitungspositionen, Rollen und Aufgaben sowie Kunden- und Beratersysteme

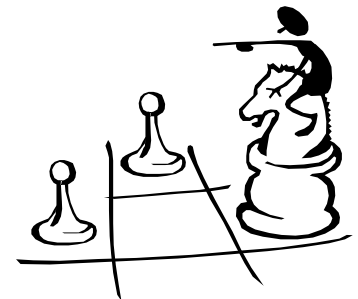
#### Hilfreiche Fragetechnik und Rituale

Stärkungsritual  
Rückgaberitual

**Arbeit mit:** Systembrett, Bodenankern, Bausteinen, Figuren, etc.

#### Ablauf:

Theorieinput zu den Prinzipien  
Demonstration einer Aufstellung am Systembrett  
Experimente mit den Positionen im Raum in der Großgruppe  
Übung von Aufstellungen in der Kleingruppe – Reflexion & Learnings





## Businesscoach Basislehrgang – Modul 5

### Methoden im hypnosystemischen Coaching

#### Methoden und Denkweisen im hypnosystemischen Coaching

Konstruktion von Wirklichkeiten und Entwicklung hilfreicher Wirklichkeitskonstruktionen

Das Konzept der Aufmerksamkeitsfokussierung

Ambivalenz-Coaching – Utilisation – Pacen / Leaden

Der/Die Coach als RealitätenkellnerIn: Fragetechnik: wofür statt warum?

#### Wir sind viele oder „2 Seelen wohnen ach in meiner Brust“

der Einsatz des Teilemodells im Coaching

#### Wie es einem geht, so geht man & Man geht, so wie es einem geht

Der hilfreiche Einsatz des Körpers (Haltung / Gestik / Mimik) im Coaching

Problem-Lösungschoreographien – Tai Chi

#### Ich würde niemals Schokolade essen, aber ES greift immer wieder hin

Die Sichtbarmachung von unbewussten Prozessen im Coaching

Mustererkennung und Musterunterbrechung

#### Ablauf:

Theorieinputs - Videosequenz mit Gunther Schmidt

Demonstration von Teilarbeit & Musterunterbrechungen

Übung dieser Methoden in Kleingruppen

Reflexion & Learnings

IF YOU'RE GOING TO GET ANY  
JOY OUT OF BEING DEPRESSED,  
YOU'VE GOT TO STAND LIKE THIS..





## Businesscoach Basislehrgang – Modul 6 Team- und Konfliktcoaching

### Teamcoaching

Unterschiede zum Einzelcoaching: Zielfindung – Gruppenprozesse - Aufgabenorientierung  
Phasen der Teamentwicklung & Umgang mit Hierarchie  
Das **Disneymodell** & weitere hilfreiche Methoden in der Arbeit mit Teams  
**Meilensteinarbeit** zur Ressourcenstärkung von Teams & Herstellung der zeitlichen Reihenfolge  
Persönlichkeitsmodell (**DiSG**) zur Unterstützung des Team-Coachingprozesses  
Übungssequenzen und Demos



### Konfliktcoaching

Konfliktdefinition – Beteiligte – Konfliktkern – Konfliktart  
Eskalationsstufen nach Friedrich Glasl  
**Wahrnehmungspositionswechsel** zur Klärung eines Konfliktes und Ermittlung der Eskalationsstufe  
Einsatz **analoger Techniken** bei der Konfliktbewältigung  
**Innenkreis-Außenkreis**: Methode zum besseren Umgang mit Emotionen in Konflikten  
Übungssequenzen & Demonstrationen



Grenzen und Abgrenzung zu benachbarten Instrumenten (Moderation – Supervision – Mediation)

