

# „Ein Buch für Jedermann“

Ute Simon-Adorf erklärt in ihrem Buch den Begriff „Coaching“



Coaching - das Buch. Foto: PS

**Sayn.** Ute Simon-Adorf hat 2004 den Abschluss zum zertifizierten Coach und zur zertifizierten Trainerin gemacht. Seit 2001 ist sie selbstständig und in vielen Bereichen tätig. Im Laufe ihrer Arbeit - mit Privatpersonen, Firmen und rund um den Mittelrhein-Marathon - hat sie immer wieder feststellen müssen, dass der Begriff „Coaching“ nicht sofort verständlich ist. Gerne hat die in Sayn lebende Ute Simon-Adorf ihr Wissen weiter gegeben und sich in Beratungen eingebracht - und sich dabei immer mit Seminaren fort gebildet.

„Ich will auch einmal nein sagen können“, „Ich möchte mich von anderen nicht mehr „nieder machen“ lassen“, „Ich will mich einer neuen Herausforderung stellen“ oder „Ich will endlich lernen, mich zu organisieren“, das sind einige der Hauptgründe für den Besuch von Coaching-Gesprächen, Vorträgen oder Seminaren. Aus ihrer Arbeit heraus hat Ute Simon-Adorf ein Buch verfasst. Doch einfach „nur“ das Buch zu schreiben, war ihr nicht genug. Leicht verständlich sollte es sein, Angst nehmen sollte es können, für jedermann geeignet sein - alles Ziele, die die Trainerin in ihrem Werk verarbeiten wollte. Dabei hat sie nichts dem Zufall überlassen. Eine Umfrage zum Thema Coaching brachte schnell die wichtigsten Hintergrundfragen zu tage, auf die dann „Antworten“ gefunden wurden. Eine reiche Bebilderung, kurze, verständliche Texte - viel Arbeit um einen Ratgeber rund um das Thema Coaching. Der Besuch von Buchhandlungen und viele, viele Gespräche im Vorfeld des Schrittes „Ich veröffentliche (m)ein Buch“ waren nötig. Ein kleiner „Buchkreis“ fand sich schnell, der Texte immer wieder gegen las, der Anregungen gab,

diskutierte und mit Hinweisen und Vorschlägen zur Seite stand. Das knapp hundertseitige Werk „erschlägt“ nicht, sondern reagiert auf häufig gestellte Fragen. Aus ihrer täglichen Coachingpraxis werden 35 wichtige und berechtigte Themen aufgegriffen. Das Ergebnis ist ein ansprechender Ratgeber für Menschen, die Coaching noch nicht kennen oder unsicher sind, was Coaching eigentlich ist. Aber auch wer in punkto Coaching bereits Erfahrungen sammeln konnte, wird hier Antworten auf die eine oder andere Frage finden. Selbst als Coach bekommt man durch die in den Beispielen angewendeten Methoden neue Anregungen. Im Inhalt stellt die Autorin die wichtigsten Methoden vor und schafft damit Transparenz über die Tätigkeit eines Coach. In einem wachsenden und kaum überschaubaren Markt an Beratern zahlen sich diese Informationen allemal aus. Ute Simon-Adorf macht mit ihrem Buch neugierig darauf, was mit Coaching möglich ist. Es macht Mut, nicht alles hinzunehmen, nur weil es gerade so ist und motiviert, sein Leben selbst in die Hand zu nehmen. Weitere Infos unter [www.simon-adorf.de](http://www.simon-adorf.de). \* - PS -