

UTE SIMON-ADORF

Coaching

– was passiert denn da?



Ein Buch für jedermann.

**Antworten auf 35 wichtige und
berechtigte Fragen.**

9. Werde ich dort hypnotisiert?

Ein professioneller Coach arbeitet in verschiedenen Interventionen* mit Hypnoseanteilen. Jedoch nie, ohne mit dem Klienten vorher darüber zu sprechen. Oftmals geht es in der gemeinsamen Arbeit darum, Zugang zum Unterbewusstsein zu bekommen. Warum? Nun, damit das logische Denken etwas in den Hintergrund gestellt wird und wir Zugang zu unserer Intuition bekommen. Zu dem Persönlichkeitsanteil*, der weiß, was wir wirklich wollen und brauchen. Oft werden auch hypnotische Sprachmuster verwendet, die so genannte „Milton-Sprache*“. Sie kann man erkennen an Formulierungen wie „angenommen, vielleicht, kann es sein, ...“. Diese Sprache wird genutzt, um dem Kunden die Möglichkeit zu geben, sich innerlich selbst auf den Weg zu machen, um für sich passende Lösungen zu finden. Ohne Vorgaben, ohne Ratschläge von außen, was denn für ihn gut wäre. Denn diese bekommt er sicherlich schon genug in seinem alltäglichen Umfeld – oft ohne, dass er es will.

Beispiel:

Herr Hahn ist hin und her gerissen zwischen zwei Alternativen. Er steht vor einer beruflich wichtigen Entscheidung: Geschäftsstellenleiter einer Sparkassenfiliale werden oder bei seiner derzeitigen Position als stellvertretender Geschäftsstellenleiter bleiben. Die auf rein logischer Basis ruhenden Entscheidungshilfen, das Pro und Contra aufzuschreiben, hat er schon genutzt. Jedoch haben diese zu keiner für ihn endgültigen Entscheidung geführt.

Im Coaching wird daher die Intervention des „Trance-Reframings*“ genutzt. Herrn Hahn wird erklärt, dass er bei dieser Übung vom Kopf her wach bleibt und zu jeder Zeit einen Stopp setzen oder auch die Übung abbrechen kann. Durch das Vorgespräch weiß er, dass er während der Intervention* auch mitbekommt, was geschieht. Auch kann er selbst entscheiden, ob er die Augen schließt oder sie geöffnet lässt. Herr Hahn wird mit Fragen angeleitet, in sich hineinzuschauen. Sich vorzustellen, wo genau diese Persönlichkeitsanteile sitzen, die für oder gegen die neue Position sprechen. Er findet eine Möglichkeit, durch Signale – bei Herrn Hahn waren es Bewegungen mit den Fingern der rechten Hand – zu zeigen, wann eine innere Stimme „Ja“ und wann eine Stimme „Nein“ sagt. Diese Zeichen sind wichtig für den Coach, um weiter zielgerichtet intervenieren zu können. Durch den Kontakt zum Unterbewusstsein haben der Coach und auch der Kunde die Möglichkeit, zu erfahren, um was es dem Kunden wirklich geht. Der Coachee* hat die Möglichkeit, intuitiv zu „antworten“, und nicht, wie es im Alltag immer wieder passiert, alles logisch zu zerdenken. Die so genannten Geistesblitze werden ernst genommen und es wird weniger kopfgesteuert geantwortet. Mit dieser Coachingintervention* kommt Herr Hahn zu der Entscheidung, weiterhin Stellvertreter zu bleiben. Dies ist wichtig für ihn, da er dann seine für ihn wichtigen Werte „Familie“, „Freizeit“, „Harmonie“ ... leben kann.

„Wer nach außen schaut, träumt, wer nach innen blickt, erwacht.“

C. C. Jung