

UTE SIMON-ADORF

# Coaching

– was passiert denn da?



**Ein Buch für jedermann.**

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

## 22. Und wenn ich notwendige Veränderungen nicht schaffe?

Wenn es Ihr eigener Wille und intensiver Wunsch ist, in eine Veränderung zu gehen, werden Sie es schaffen! Woran mache ich diese Aussage fest?

Im Coaching wird zielorientiert gearbeitet. Dies bedeutet, der Coachee\* erarbeitet seine individuellen Ziele mit Anleitung durch den Coach. Wenn das im Coaching entstandene Zielbild attraktiv und stimmig ist mit Ihrer Person, werden Sie spüren, wie es einen Sog bewirkt. Ihre Energie bündelt sich in Richtung Ziel. Sie wollen unbedingt dorthin. Für die von Ihnen erkannte, notwendige Veränderung sehen Sie den Sinn und entwickeln automatisch die dazu notwendige Kraft.

Ein Ökologie\*-Check, dies sind gezielte Fragen des Coachs wie beispielsweise: „Welche Konsequenzen bringt diese Veränderung mit sich? Für wen? ...“, wird Ihnen weitere Sicherheit geben, ob die von Ihnen angestrebte Veränderung zu Ihnen und Ihrem Umfeld passt.

Meist besteht auch außerhalb der Sitzungen die Möglichkeit, sich spontan per Mail oder Telefon mit dem Coach auszutauschen, wenn etwas „ad hoc“ entschieden werden muss.

*„Wer das Wozu kennt und schätzt, für den ist nahezu jedes Wie zu ertragen.“*

Viktor Frankl