



Wir verbinden systemisches Coaching mit tiefem, absichtslosem Zuhören. Bei dieser Form des Coachings haben wir eine einzige Absicht, nämlich die, den Raum für Sie / für Dich zu öffnen und zu halten. Durch das tiefe, absichtslose Zuhören können Lösungen, Einsichten ohne Beeinflussung von aussen entstehen.

In Verbindung mit dem «Aufstellen» wird das Entstandene zusätzlich sicht- und fühlbar gemacht und die Integration von Veränderungen, von Neuem verstärkt.

Es ist die Verbindung von zwei kraftvollen, methodischen Ansätzen, die wir mit Überzeugung in unsere Beratungen einfließen lassen.

## Themen:

Entscheidungssituationen, Herausforderungen am Arbeitsplatz, Schwierigkeiten in Beziehungen, Unklarheiten oder Unzufrieden mit sich selbst, beschränkende Glaubenssätze . . .

## Ablauf:

Zuerst wird ein 15-minütiges Telefonat zur Klärung des Themas und des Coachingzieles vereinbart. Für eine Sitzung wird ein Ziel vereinbart. Dies wird konkret und nachvollziehbar formuliert.

Die Coaching-Sitzung beginnt mit der Wiederholung der Zielformulierung. Anschliessend wird das benötigte Material bereitgestellt (Figuren, Karten liegen als Reserven bereit). Wenn es für den Coachee notwendig ist, können Erläuterungen zur Vorgehensweise gemacht werden. Auch dabei ist es bereits möglich, dass der Coachee durch das «Gehört werden» und das Aufstellen zu Klarheit gelangt.

Coach und Coachee vereinbaren, wann der Coachee Fragen stellen kann und wie der Umgang damit ist, damit der Coach das tiefe, absichtslose Zuhören anwenden kann.

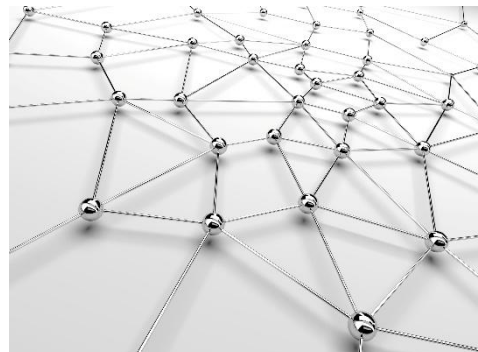
Dann beginnt der Coachee mit Erzählen und Aufstellen.

Eine Sitzung wird dann beendet, wenn der Coachee das so für sich wahrnimmt, jedoch spätestens nach 1 ½ Stunden.

## Durchführung:

Sabine Welte

Patrizia Schnellmann



## Stundenansatz:

Fr. 160.-- für Privatzahler  
Fr. 250.-- für Unternehmen

## Kontakt:

Sabine Welte [contact@sabinewelte.ch](mailto:contact@sabinewelte.ch)  
Patrizia Schnellmann [contact@backtolive.ch](mailto:contact@backtolive.ch)