



AUF DEM WEG ZU PERSÖNLICHEM ERFOLG

Was ist integrales Coaching?

Heute bekennen sich immer mehr Menschen dazu, sich durch einen Coach begleiten zu lassen. Coaching wird als Zeichen von Stärke gewertet, zeigt es doch unter anderem die Kritikfähigkeit und der Wille zur Selbstreflektion einer Person sowie ihre Offenheit für Neues. Coaching ist kein Modewort, sondern ein Resultat der wachsenden individuellen Anforderungen, denn Coaching ist sinnvoll und angebracht für alle Menschen, welche in der Lage sind, eigenverantwortlich zu denken und verantwortungsbewusst gegenüber sich selbst und anderen zu handeln.

Integrales Coaching ist eine ganzheitliche Form der Prozessbegleitung für Menschen, welche sich durch eine Erweiterung ihres Bewusstseins aus der aktuellen Situation, hin zu einem selbst gewählten Ziel entwickeln möchten. Sie werden in Ihrer einzigartigen Individualität erkannt und gefördert. So wird das Beste in Ihnen geweckt, Ihr Erfolgsweg erkannt. Sie tragen die beste Lösung bereits in sich. Körper, Gedanken, Gefühle und die Seele haben darin gleichwertige Bedeutsamkeit und stehen in Balance zueinander. Aus den Erkenntnissen zu vorhandenen Bedürfnissen werden Ziele abgeleitet, Ressourcen erkundet und Lösungswege entwickelt. Die Lösungen, die durch diesen Prozess entstehen, entsprechen voll und ganz dem Klienten und ist für diesen nach seinem Selbstverständnis umsetzbar. Die Lösungen werden durch konkrete Schritte in das Leben integriert und die aus dem Prozess gewonnenen Erkenntnisse werden integral verankert. Es ist eine Wegbegleitung. Gemeinsam erarbeiten wir in einem schützenden, wertschätzenden und vertrauensvollen Rahmen.



Die wichtigsten Merkmale eines integralen Coaching-Ansatzes sind:

- Hilfe zur Selbsthilfe
- Der ganzheitliche Einbezug aller Ebenen des menschlichen Seins
- Der systematische Bezug zu unserem Umfeld und unserer Umwelt
- Die Erweiterung des Bewusstseins und das Erkennen des Unbewussten
- Das wertungsfreie Führen eines Klienten über ein Ziel, hin zu seiner individuellen Lösung, basierend auf seinen persönlichen Ressourcen und Werten
- Der Transfer des Erkannten auf die Handlungsebene
- Die Re-Integration des transformierten Themas in das Unterbewusstsein (verankern)