

Process und die Kontexte

Wie Sie sich erinnern, gibt es beim Co-Active® Coaching-Modell fünf Coaching-Kontexte:

- Intuition
- Zuhören – besonders das Zuhören auf den Ebenen 2 und 3
- Neugier
- Selbstmanagement
- Handeln fördern / Lernprozess vertiefen

Diese Kontexte bringen wir in die Arena der Coaching-Beziehung ein. Dies gilt sowohl für das *Fulfillment*- als auch für das *Balance*- und das *Process*-Coaching. Besonders beim *Process*-Coaching und immer dann, wenn Coachs Ihre Klienten dabei unterstützen, im Moment zu bleiben, hat es sich als hilfreich erwiesen, die Coachs an diese Kontexte zu erinnern. Eine mögliche Antwort auf die Frage: „Wie kann ich *Process*-Coaching anwenden?“ ist: achten Sie auf die Kontexte. Wie viel Ihrer Intuition bringen Sie in den Prozess ein? Was würde geschehen, wenn sie den Zugang zu Ihrer Intuition verdoppelten? Wie viel hören Sie auf der dritten Ebene? Hören Sie beim *Process*-Coaching auf der dritten Ebene zu und richten Sie das Coaching darauf aus, was Sie währenddessen wahrnehmen, statt ihre Aufmerksamkeit auf die Details der Geschichte zu lenken. Seien Sie neugieriger darauf, was im Inneren Klienten vorgeht, als darauf, was im Leben des Klienten vorgeht. Achten Sie darauf, wo Sie Ihre eigenen Probleme haben und nutzen Sie Ihr Selbstmanagement. Weichen Sie dem *Process*-Coaching aus? Denken Sie schließlich daran, dass jede Art von Coaching zum Handeln führt, dass Sie aber besonders beim *Process*-Coaching zunächst Zeit damit verbringen werden, zu erkunden, auszuforschen, die Erfahrung zu vertiefen und Lernmöglichkeiten aufzudecken.