

Die eigene Intuition gebrauchen

Zusätzlich zu den herkömmlichen fünf Sinnen, die uns Informationen über unsere Umgebung liefern, gibt es einen sechsten Sinn, den die Co-Active® Coachs voll einsetzen: die Intuition.

Der Gebrauch der eigenen Intuition im Coaching wird in drei Schritte unterteilt:

1. *Schalten Sie Ihre Intuition ein* — Lernen Sie, Ihrem Klienten auf Ebene 2 zuzuhören. Dabei sollte Ihre intuitive Antenne auf die Wellenlänge des Klienten eingestellt sein. Hören Sie Ihrem Klienten dann auf Ebene 3 zu und stellen Sie Ihren allumfassenden Fokus so ein, dass er alle intuitiven Anstöße, Signale oder Nachrichten empfängt.
2. *Aufmerksam sein* — Stellen Sie fest, dass Sie ein intuitives Signal empfangen haben. Viele Menschen spüren die Intuition körperlich. Sie kann wörtlich ein „Bauchgefühl“ sein. Einige spüren Sie überall oder in einem bestimmten Körperteil (Brust, Stirn). Andere fühlen die Intuition überhaupt nicht körperlich, sondern haben ein Gespür dafür. Eine gute Übung ist, für sich selbst herauszufinden, wo und wie man die Intuition empfängt.
3. *Platzen Sie mit der Wahrheit heraus!* — Intuition hat keinen großen Nutzen für den Klienten, wenn der Coach nicht ausspricht, was sie ihm eingibt. Die Hauptsache dabei ist, nicht zu sehr an der eigenen Interpretation zu hängen. Beim Co-Active® Coaching sind wir davon überzeugt, dass unsere Intuition niemals falsch ist und es sich immer lohnt, dem Anstoß, den man empfängt, Aufmerksamkeit zu schenken. Dennoch kann es passieren, dass die Worte, mit der wir als Coach unserer Intuition Ausdruck verleihen, unsere Interpretation des Gefühls, am Ziel vorbeischießen.

Es folgen einige Fragen, die Sie sich merken können, wenn es darum geht, sich Zugang zu Ihrer Intuition zu verschaffen.

- Was sagt mir der Tonfall des Klienten?
- Wie ist die Stimmung des Klienten?
- Habe ich körperliche Reaktionen, wenn der Klient spricht? Welche?

Wenn Sie diese Fragen spielerisch in Ihre Coaching-Interaktionen einbauen möchten, verwenden Sie sie, indem Sie Ihre Bemerkungen mit den folgenden Einleitungen versehen:

- Ich habe das Gefühl, dass...
- Ich habe eine Ahnung, dass...
- Darf ich etwas mit Ihnen ausprobieren?
- Ich frage mich, ob...

Behalten Sie im Kopf, dass Sie mit Ihrer Interpretation der Intuition falsch liegen können. Erlauben Sie Ihren Klienten, Sie auf den richtigen Kurs zu bringen und tanzen Sie dort mit ihnen.