



## Arbeitsblatt zur Co-Active®-Strategie

Das vorliegende Arbeitsblatt zur Co-Active-Strategie enthält vier Komponenten, die auf den folgenden Seiten vorgestellt werden. Nutzen Sie dieses Arbeitsblatt zur Entwicklung Ihrer Co-Active-Strategie.

### 1. Teil: Den Schwerpunkt erarbeiten

- Schreiben Sie Ihr Thema auf
- Schreiben Sie die Perspektive mit der höchsten Resonanz auf



## 2. Teil: Legen Sie Ihre Co-Active-Komponenten fest

<div>Co</div> <div>  </div>	<div>Active</div> <div>  </div>
<div>Aussage über die Lebensziele</div> <div>Honorierte Werte</div> <div>Aussage des Kapitäns</div> <div>Aussage der Mannschaftsmitglieder</div>	<div>Hauptaktivitäten</div> <div>Andere Ressourcen/Strategien</div>

### 3. Teil: Sagen Sie Ja... und Nein!

Eine der effektivsten Übungen, die Sie Ihren Klienten anbieten können, ist die Erstellung zweier Listen: „Zu was sagen Sie ‚Ja‘?“ und „Zu was sagen Sie ‚Nein‘?“. Es ist eine Anfrage und eine Erkundungsfrage, die Sie beim gleichen Klienten häufig und in unterschiedlichen Situationen einsetzen können. Denn diese Übung veranschaulicht die Macht der Wahl auf die klarste und direkteste Weise.

Listen Sie in der untenstehenden Tabelle die Dinge auf, zu denen Sie „Ja“ und „Nein“ sagen. Entnehmen Sie dabei die einzelnen Punkte der obigen Tabelle aus 2. Teil: *Legen Sie Ihre Co-Active-Komponenten fest.*

Co  Ja und Nein		Active  Ja und Nein

#### 4. Teil: a) Meine vier „Jas“

Schreiben Sie die vier „Jas“, die ihre Selbstverpflichtung zur Co-Active-Strategie am besten repräsentieren in die folgenden Zeilen. Schreiben Sie groß genug, so dass Sie Ihre Antworten noch auf die Entfernung einer Armeslänge lesen können.

##### Co-

Ich sage JA zu:

---

Ich sage JA zu:

---

##### Active

Ich sage JA zu:

---

Ich sage JA zu:

---

#### 4. Teil: b) Meine vier „Neins“

Schreiben Sie die vier „Neins“, die ihre Selbstverpflichtung zur Co-Active-Strategie am besten repräsentieren in die folgenden Zeilen. Schreiben Sie groß genug, so dass Sie Ihre Antworten noch auf die Entfernung einer Armeslänge lesen können.

##### Co-

Ich sage NEIN zu:

---

Ich sage NEIN zu:

---

##### Active

Ich sage NEIN zu:

---

Ich sage NEIN zu:

---