

Kinesiologisches Coaching

Coaching, Beratung, Supervision, Kinesiologie, Mediation, Moderation, Psychotherapie, Unternehmensberatung u.v.m. - der Beratermarkt boomt. Täglich erscheinen neue Publikationen, und die Angebote von Beratungs- und Seminarangeboten sind ständig im Steigen.

Text: Christine Grabher

Foto © Iltro - Fotolia.com



Seinen Ursprung hat Coaching im Leistungssport. Laut Oxford Duden German Dictionary ist es mit „Privatunterricht“ übersetzt. Das Wort englischen Ursprungs ist vielschichtig und bedeutet etwa „jemanden betreuen, trainieren“ und „Kutsche“. Ein Coach ist also ein Trainer, Nachhilflehrer, Privatlehrer oder einfach Coach für einzelne Personen, Gruppen oder Teams. Kinesiologisches Coaching wird in einer begrenzten Anzahl von Beratungseinheiten angeboten, wobei Trainingssequenzen und verschiedene Skills vermittelt, gelehrt und geübt werden.

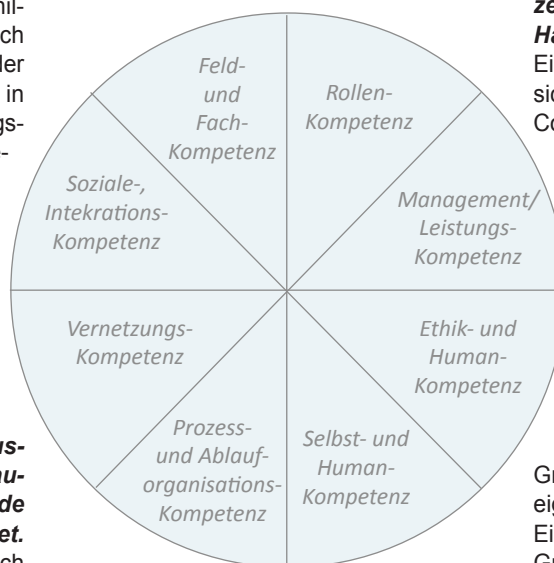
Coaching geschieht auf der Basis von Freiwilligkeit und verwendet für den Coachee transparente Methoden und Interventionen um die Eigenkompetenz zu fördern.

Im kinesiologischen Coaching werden über den kinesiologischen Muskeltest Stress, Verhaltens- und Glaubensmuster identifiziert und stärkende Möglichkeiten und Lösungen erarbeitet. Kinesiologisches Coaching orientiert sich an den Ressourcen und Potenzialen und dient als Hilfe zur Selbsthilfe und ist verbunden mit Selbstreflexion, Bewusstsein und Verantwortung. Nicht die Problemanalyse steht im gemeinsamen Gespräch im Vordergrund sondern die Lösungsfindung.

In einem kinesiologischen Coaching soll der Coachee z. B. **neue Sichtweisen** auf Situationen oder Anliegen entwickeln, bestehende **Probleme bearbeiten**, über **Verhaltensänderungen** und **Haltungen** sein Erleben **bewusst wahrnehmen**, oder für zukünftige Aufgaben vorbereitet werden. Kinesiologisches Coaching unterstützt sie bei ihrer **Karriereplanung**, begleitet sie in **Veränderungsprozessen** und bietet Ihnen Fachberatung an.

Im kinesiologischen Coaching werden Ihnen **Tools für effektives Kommunizieren** ebenso vermittelt wie Fragen zur persönlichen Performance bearbeitet.

COACHING-KOMPETENZEN



© Dr. Werner Vogelauer

Wie finde ich den kompetenten (kinesiologischen) Coach?

Um einen guten Coach von einem schlechten zu unterscheiden, sind einerseits die Coaching Kompetenzen und andererseits die Dimensionen Strukturqualität, Prozessqualität und Ergebnisqualität von Bedeutung.

Ein guter kinesiologischer Coach nutzt seine professionelle Kommunikationsfähigkeit und weiß um die Interaktion zwischen Menschen und deren Kommunikationsmustern. Er ist fähig, diese Muster dem Klienten über den kinesiologischen Muskeltest aufzuzeigen.

Fachkenntnisse im jeweiligen Bereich sind hilfreich um nicht nur auf den psychologischen Teil zu fokussieren. **Der kinesiologische Coach sollte sich seiner Rollen bewusst sein, Kenntnisse über Gesprächsführung und -leitung besitzen und eine klare, offene, emphatische Haltung seinem Gegenüber vermitteln.** Ein kinesiologischer Coach sorgt gut für sich selbst (kinesiologische Supervision, Coaching-Reflexionen, Weiterbildung), ist neugierig und offen für Neues, fordernd, konfrontierend und entwicklungsorientiert. Ein guter Coach erkennt und überblickt Zusammenhänge und Strukturen nicht nur der Einzelperson sondern auch der ihn umgebenden Strukturen und Systemen im sozialen und organisatorischen Rahmen und kann sowohl linear als auch quer denken.

Grundsätzlich gilt, dass jeder Mensch als eigenverantwortlich gilt, die Würde des Einzelnen unantastbar und geschützt ist. Grundannahme ist, dass jeder Mensch, jedes Team und jede Organisation in einem ständigen Prozess des Lernens und Wachsens ist und entwicklungs- und wandlungsfähig ist.



Christine Grabher
Kinesiologin

Kontakt:
Staldenweg 2b,
6890 Lustenau
Tel.: 0660/4500789

info@system-loesungen.at
www.system-loesungen.at