

MILTON
ERICKSON
INSTITUT

M.E.G.
BONN



**Ressourcen coaching
im betrieblichen Executive-Health-Programm
Anne M. Lang – Bonn**



Workshop



Ressourcen coaching im betrieblichen Executive-Health-Programm Anne M. Lang – Bonn



Ressourcen coaching im betrieblichen Executive-Health-Program Themen, Fragestellungen, Entwicklungen Anne M. Lang

Der Workshop stellt Beispiele aus einem Executive-Health-Programm für Führungskräfte vor.

In diesem Programm können Führungskräfte einen Gesundheits-Check nutzen, in dessen Rahmen sie auch ein Coaching – von mir Ressourcen coaching genannt- in Anspruch nehmen können. Themen, Verläufe und Ergebnisse werden beispielhaft dargestellt.

Das von mir entwickelte Ressourcen coaching innerhalb des Programms besteht aus einem zu modifizierten Flussdiagramm, dessen Elemente im Workshop praktisch veranschaulicht werden.



Ressourcencoaching im betrieblichen Executive-Health-Programm Anne M. Lang – Bonn



Ziele/Lernziele:

1. Nutzen, Möglichkeiten der Implementierung von Coaching im betrieblichen Gesundheitsdienst erfassen
2. Erlernen einer hypno-systemischen Rahmensetzung im Coaching
3. Das Ressourcencoaching und seine spezielle konsequente Vorgehensweise kennenlernen

Folien und Gliederung:

1. Rahmenbedingungen
2. Beispielhafte Ausgangslagen
3. Anliegen
4. Selbstorganisatorischer Prozess - Rahmen für Veränderungsarbeit
5. Prozessarbeit in Form der Metaebenenarbeit
6. Schleifenarbeit in Form der Ressourcenarbeit
7. Mentale Techniken
8. Verläufe, Ergebnisse, Evaluationen
9. Ende



Ressourcencoaching im betrieblichen Executive-Health-Programm Anne M. Lang – Bonn



Rahmenbedingungen:

Gesundheitscheck in der Betriebsarztpraxis bestehend aus:

Body-Mass-Index

Untersuchungen

Ressourcencoaching im Institut Systeme Anne M. Lang bestehend aus:

Erstsitzung

Erfassung und prozessuale Arbeit mit den personalen und systemischen Komponenten der Situation

5 Coachingsitzungen /2-stündig

Abschluss



Ressourcencoaching im betrieblichen Executive-Health-Programm Anne M. Lang – Bonn



Beispielhafte Ausgangslagen aus dem Gesundheits-Check

Körperliche Befunde

- Hörgeräusche-Tinnitus
- Situation nach Herzinfarkt
- Allergie (Popp)

Körperlicher Untersuchung ohne Befund

bei sehr starker Beeinträchtigung des Befindens

- Schlaflosigkeit
- Angstzustände - Narzismus- Absturz
- Wirbelsäulenbeschwerden Problem- Taffheit-Feinheit/ Durchlässigkeit-
- Rauchfreiheit

Systemische berufliche Situation

- Zwischen den Stühlen/ Konflikte - Betriebsrat-Führungskraft
- Selbstmanagement-Fremdbild-Selbstbild
- Work-life-Imbalance
- Situation nach Freisetzung ohne operative Aufgaben wegen Umstrukturierung



Ressourcen coaching im betrieblichen Executive-Health-Programm Anne M. Lang – Bonn



Anliegen:

Personale Situation - Behebung/ Verbesserung

von:

- Somatischen, psychosomatischen, psychisch-mentalenen Beschwerden
- Tinnitus-, Bluthochdruck
- Erschöpfung-, Schlaflosigkeit
- Mobbing, Beziehungskonflikten

Systemische berufliche Situation – Umgehen mit

- Umstrukturierungen/ Wegfall von Abteilungen
- Konflikte in Abteilung
- Neue Position
- Führungsposition
- Work-life-Balance bei Führungsposition
- Eingliederung in neue Position



Ressourcencoaching im betrieblichen Executive-Health-Programm Anne M. Lang – Bonn



Selbstorganisatorischer Prozess - Rahmen für Veränderungsarbeit

1. Beginn: Bericht hören- Wahrnehmen- Annehmen- Leaden-Seeden
 - Rapport aufnehmen
 - Lage des Patienten erfassen- was ist das relevante System?
 - Strukturen geben über Fragen, Informationen, Beispiele
 - Arbeitshaltung einrichten mit den Interventionssträngen: Zielklärung, Auftragsklärung
2. Weiterhin:
 - Rollenverständnis zwischen Kompetenz und natürlicher Seriösität jenseits der oft mitgebrachten Erwartung von Führer, Lehrer bzw. Trainer, Guru, Star
 - Beachtung der mentalen Ausrichtung und Aufmerksamkeit des Klienten
 - Energetisierung des Prozesses
3. Prozess- und Schleifenarbeit
 - mit Interventionen der 3 Methodenrichtungen des Systemisch-Lösungsorientierten-Ericksonschen
 - Einsatz von Konversation und Kommunikation
 - Einsatz von Mentalem Training
4. Ende



Ressourcencoaching im betrieblichen Executive-Health-Programm Anne M. Lang – Bonn



Prozessarbeit in Form der Metaebenenarbeit / Dissoziation

Systemisches Denken und Arbeiten

- in Perspektivenarbeit
- In der Kontextbeachtung
- **mit dem Klienten- Expertentum**

Lösungsorientiertes Denken und Arbeiten

- mit der Prozessführung
- **mit dem Klienten-Expertentum**

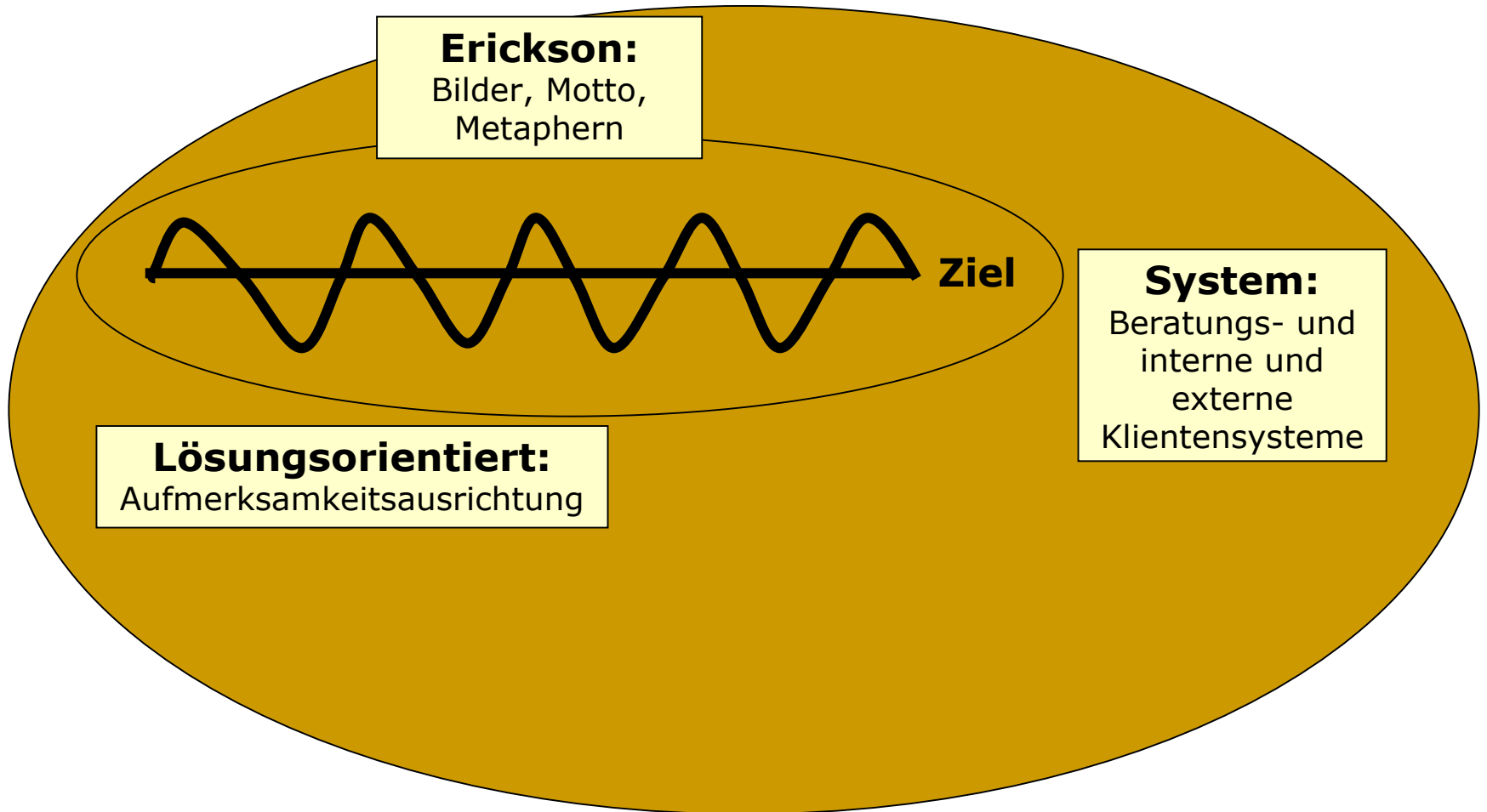
Schleifenarbeit in Form der Ressourcenarbeit/ Assoziation

Ericksonsches Denken und Arbeiten

- mit Ressourcenarbeit
- **mit dem Klienten-Expertentum**



Ressourcencoaching im betrieblichen Executive-Health-Programm Anne M. Lang – Bonn



Ressourcencoaching im betrieblichen Executive-Health-Programm Anne M. Lang – Bonn

Mentale Techniken

Worauf richte ich meine Aufmerksamkeit ?

Symbole, Metaphern

Anregungen und Finden in Geschichten

Anker zum subtilen Merken, neue Parameter, um die sich neue Wirklichkeit organisiert

Selbsthypnose

Woran erkenne ich die ? Antwort: an entstehender Unwillkürlichkeit

Wozu nutze ich die? Antwort: das ist selbst individuell zu beantworten

Wie stelle ich die her?

Variationen:

- Stichworte, Symbol, Motto, Mantra zur Ziel-Unterstützung
- Sicherer Ort, Behaglichkeitsvorstellung, Ruhe-Insel zum Heraustreten und Stärken
- Visualisierte Zielvorstellung am ähnlichsten der der Sportler
- Körperreise in Trance zur Stärkung
- usw.

MILTON
ERICKSON
INSTITUT

M.E.G.
BONN



Ressourcencoaching im betrieblichen Executive-Health-Programm Anne M. Lang – Bonn



Verläufe, Ergebnisse, Evaluationen

Ende des Workshops