

## **I.L.B.S. Grundlagen**

---

In der zweistufigen Ausbildung zum **I.L.B.S.** Coach orientieren wir uns an einem christlichen Menschenbild und Prinzipien und Methoden der systemisch-lösungsorientierten Beratung.

### **Lösungsorientiert**

Der lösungsorientierte Coachingansatz basiert auf den Ideen der Lösungsorientierten Kurztherapie von Steve de Shazer und Insoo Kim Berg.

#### **Der lösungsorientierte Blick**

Die Fähigkeit, eine lösungsorientierte Haltung gegenüber anderen Menschen einzunehmen, ist (mit-)entscheidend bei der Anwendung des lösungsorientierten Ansatzes. Dies beinhaltet folgende Punkte:

1. Positives Menschenbild,
2. Wertschätzende Haltung
3. Nicht-Wissen
4. Fragen statt sagen
5. Die Klienten geben die Ziele vor
6. Ressourcen und Fähigkeiten erkennen, auf das Gelingen fokussieren
7. Mit dem Klienten sprechen, statt über ihn
8. Hoffnung entwickeln

#### **Annahmen der Lösungsorientierung**

1. Probleme sind Herausforderungen, die jeder Mensch auf seine ganz persönliche Art zu bewältigen sucht.
2. Alle Menschen haben Ressourcen, um ihr Leben zu gestalten. In eigener Sache ist der Einzelne kundig und kompetent. Der Coachee ist der Experte für das eigene Leben.
3. Menschen können nicht 'nicht kooperieren'. Jede Reaktion ist eine Form von Kooperation (auch das, was wir als Widerstand wahrnehmen.)
4. Menschen beeinflussen sich gegenseitig. Sie kooperieren eher und ändern sich leichter in einem Umfeld, das ihre Stärken und Fähigkeiten unterstützt.
5. Es ist nützlich, dem Klienten genau zuzuhören und ernst zu nehmen, was er sagt. Wir interpretieren nicht, wir fragen.
6. Es ist hilfreich, sich am Gelingen in der Gegenwart zu orientieren und davon kleine Schritte für die Zukunft abzuleiten.
7. Man muss das Problem nicht kennen und analysieren, um eine Lösung zu finden.
8. Was wir bekämpfen, verstärken wir.
9. Hinter jedem Vorwurf und jeder Klage steckt ein Wunsch, den es sich lohnt aufzuspüren.

#### **Didaktik: Diese Haltung wird auch in der Ausbildungssituation umgesetzt**

Die Ausbildung vermittelt **Wissen und Informationen** zu Grundlagen und Methoden des Coachings und bietet einen **Rahmen für selbstständiges, individuelles und doch gemeinsames Lernen**. Die Lernformen sind intuitiv und reagieren auf Bedürfnisse und Entwicklungen der Gruppe. In den ersten drei Modulen wird die Grundstruktur lösungsorientierten Coachings vermittelt. Innerhalb dieses Orientierungsrahmens sind die Möglichkeit der freien

Gestaltung von Coaching breit gefächert und die Entwicklung eigener Ideen erwünscht und gefördert.

Die Reihenfolge der einzelnen Seminarmodule kann sich unter Umständen ändern.

### **Alle Teilnehmenden haben Vorerfahrungen im Beratungsbereich**

#### **Aufbauend auf diese Kompetenzen besteht das Ziel der Ausbildung darin,**

1. die Teilnehmer zu unterstützen, Coachingprinzipien zu verstehen und zu integrieren
2. ein persönliches Coachingprofil zu entwickeln und die eigene Zielgruppe zu definieren
3. herauszufinden, welche Strukturen und Methoden der eigenen Art und Persönlichkeit entsprechen
4. im Erleben verschiedener methodischer Strategien die passenden zu wählen

### **Didaktische Umsetzung:**

#### **Information aufnehmen, selbst erfahren lassen, selbst organisieren**

##### **Arbeitsweisen:**

1. **Die Weiterbildung ist selbsterfahrungsorientiert.** Deshalb werden die Teilnehmenden neben der Beschäftigung mit der Coachingtheorie (im Grundkurs 9 Seminartage, im Aufbaukurs 7 Tage und im Literaturstudium) miteinander und **an eigenen Themen coachen üben**. Das heißt: Die Teilnehmenden üben nicht an vorgegebenen und fiktiven Themen, sondern bearbeiten miteinander eigene Erfahrungen, Ziele und Situationen. So üben sie nicht nur unter 'Echtbedingungen', sondern können sich auch besser in die Rolle des Coachees versetzen.
2. **Die Weiterbildung erwartet Selbstorganisation.** Neben der Selbstverantwortung für das eigene Lernen begleiten sich die Teilnehmenden gegenseitig in Intervisionsgruppen, die sich monatlich für jeweils 2,5 Stunden treffen. Eine Intervisionsgruppe nennt man eine Gruppe, die ohne einen Experten oder Leiter, also auf gleichgestellter Basis, die Vorgänge einer Methode, in diesem Falle des Coachings, gemeinsam betrachtet und zu verstehen sucht. Auch hier ist der Selbsterfahrungsgedanke wichtig, deshalb sollen die Teilnehmenden eigenverantwortlich miteinander ihre Strukturen und Arbeitsweisen entwickeln und möglicherweise dabei auftretende unterschiedliche Wünsche und Arbeitsstile selbstständig miteinander bearbeiten. Auch die Termine müssen von der Gruppe selbst organisiert werden. Diese Selbstorganisation ist eine so genannte 'Ich-Leistung' der Gruppe, die so bedeutend ist, dass man sagen kann: Die Gruppenmitglieder lernen sich unter gruppenspezifischen Gesichtspunkten selbst in diesem Prozess besser kennen als in der Sicherheit einer vorstrukturierten Gruppe. Vorgegeben ist nur: Die Gruppe hat das Ziel der Reflektion der eigenverantwortlich durchgeführten Coachingprozesse während der Ausbildung und des gemeinsamen Lernens und Übens.
3. **Die Teilnehmenden machen Praxiserfahrungen.** Schon nach kurzer Zeit soll damit begonnen werden, einen **ersten Coachee selbst begleiten**. Dieser Coachingprozess wird in einer Intervisionsgruppe miteinander reflektiert und begleitet. Fragen und Unsicherheiten können jederzeit mit der Ausbildungsleitung besprochen werden, es besteht auch die Möglichkeit, hierzu eine kostenlose Einzelsupervision in Anspruch zu nehmen. Dieser Coachingprozess wird mit Hilfe vorgegebener Arbeitsblätter dokumentiert, diese werden nach dem zweiten Modul an die Teilnehmenden ausgegeben.