

# COACHING NACH DEM KNOTENLÖSER- PRINZIP



I-VP

Institut für Vertrieb und  
Persönlichkeit GmbH



# COACHING NACH DEM KNOTENLÖSER-PRINZIP

- wenn scheinbar verworrene Situationen und Herausforderungen in ihrem Alltag – beruflich wie privat – keine unlösbare Aufgabe mehr darstellen...

Die Methode des Coachings hat in den letzten Jahren an Wert und Aufmerksamkeit gewonnen. Unser Team von I-VP ist der Überzeugung, dass in dieser Methode in der Persönlichkeitsentwicklung ein Erfolgsfaktor zu sehen ist.

Daher haben wir aus unseren Projekten heraus einen Leitfaden und ein Prinzip erarbeitet, das das Coaching mit Kriterien und einer Methodenkompetenz beschreibt. Wir haben es das Knotenlöser-Prinzip genannt. Es zeigt nicht nur die Mehrwerte auf, sondern definiert zudem die Qualitätskriterien und Vorgehensweise. Ergänzend unterstützt es die visuelle Darstellung.

Das Knotenlöser-Prinzip zeigt die Herausforderung auf, die als Synonym des Problems durch einen Knoten dargestellt werden. Meist ist der Betroffene von den Wirren der Situation so gefangen, dass es ihm nicht ersichtlich wird, wie die Situation gemeistert, gelöst werden kann. In den meisten Fällen ist es ein erster oder auch kleiner Anstoß, der die festgefahrene Situation zu lockern oder auch zu „entknoten“ hilft. Diese Aufgabe übernimmt der Coach.

Um in der Sprache des Knotenlöser-Prinzips zu sprechen: Er hilft den beiden Enden des Seils mit seiner Frage- und Hilfestellung die Spannung und Anordnung des Seils in unserem Fall der Situation zu nehmen. Dadurch wird eine Lockerung des Seils, des Knotens und somit der Situation möglich.

Durch die Veränderung der Sichtweise und durch neue Impulse werden dem Betroffenen zu Coachende neue und weitere Handlungsoptionen ersichtlich. Es wird ihm die Chance aufgezeigt, dem Knoten oder der vorhandenen Situation die Spannung zu nehmen und sie eigenständig zu lösen. Das Handeln in solchen festgefahrenen Situationen kann ein Coach niemals abnehmen. Er kann jedoch den Knoten/die Situation entschärfen. Dies wiederum nimmt dem Betroffenen die Angst oder setzt Handlungsmöglichkeiten frei, die zu Veränderungen führen.



Unser definiertes Knotenlöser-Prinzip ist daher auf die Lösung der Situation fokussiert. Wir unterstützen unsere Kunden dadurch, dass wir durch die situative Fragestellung

die Entnahme von Druck, Stress und Zwängen erreichen. Im Gegenzug entsteht eine Distanz des Beteiligten zur eigentlichen Problem-Situation/ Herausforderung, die nun durch einen veränderten Blickwinkel betrachtet und bewertet wird. Eine Folge daraus sind die Erkenntnisse des Betroffenen – unserem Kunden - zu neuen Wegen, neuen Optionen und weiteren Details.

Ist dieser Punkt erreicht, steht einer Lösung des Problems/Knotens nichts mehr im Weg.

Unsere Kunden und wir sind von unserem Knotenlöser-Prinzip überzeugt und wir sehen den Erfolg in der positiven Persönlichkeitsentwicklung von Menschen.

## DAS KNOTENLÖSER-PRINZIP KANN BEI FOLGENDEN THEMEN HELFEN:

Ihr Coach ist professioneller Begleiter auf dem Weg zu neuen Zielen und in Krisensituationen. Mit geeigneten Methoden unterstützt er Sie dabei ...

- | Konflikte und Krisen zu bewältigen
- | Szenarien zur Lösungsfindung entwickeln
- | Wahrnehmungsblockaden zu lösen
- | persönliche Kompetenzen zu optimieren
- | die Selbstwahrnehmung zu schärfen
- | Kraftquellen zu aktivieren
- | die Balance zwischen Berufs- und Privatleben neu auszutarieren
- | Selbstorganisationsprozesse in Gang zu setzen
- | neue berufliche Perspektiven zu finden
- | schwierige Entscheidungen zu treffen
- | sich auf eine Aufgabe vorzubereiten
- | ...

# BEISPIELE FÜR COACHING



## BUSINESS

### AUFSTIEGSMÖGLICHKEITEN

Herrn Müller wurde in seiner Firma die Stelle als Abteilungsleiter in Aussicht gestellt, er war sich jedoch nicht sicher, ob er mit der größeren Verantwortung, der evtl. Mehrarbeit und seinem Privatleben mit Frau und Kindern zurecht kommen würde. Seine Gedanken und Vorstellungen verknoteten sich immer mehr und alles schien immer schwieriger zu werden. Unser Coach zeigte ihm verschiedene Wege und Möglichkeiten auf, wie er mit der Situation umgehen kann, langsam entwirrten sich seine Gedanken und er sah selber, daß der ursprünglich unlösbare Knoten gar kein großes Hindernis war, sondern dass er mit seinen Stärken und privaten Ressourcen eigentlich wußte, wie er mit der bevorstehenden Beförderung umzugehen hatte. Ein Blick von außen relativiert manche Vorstellungen und Ängste und kann helfen, sich auf seine eigenen Stärken zu besinnen.

### KONFLIKT AM ARBEITSPLATZ

Frau Wieser und Frau Schimmel sind Führungskräfte eines mittelgroßen Unternehmens. Schon seit längerem besteht ein Konflikt zwischen den beiden, die Fronten - der Knoten - ist verhärten und ihr Vorgesetzter sieht einen Schaden für das Unternehmen auf sie zukommen. Zu dieser schwierigen Situation wurde unser Coach gerufen, er nahm beide Seiten ernst und führte erste Gespräche. Der vorher festgefahrene Knoten begann sich zu lösen und es konnte wieder eine gesunde Arbeitsbeziehung hergestellt werden.

## PRIVAT

### DAS EIGENE POTENZIAL

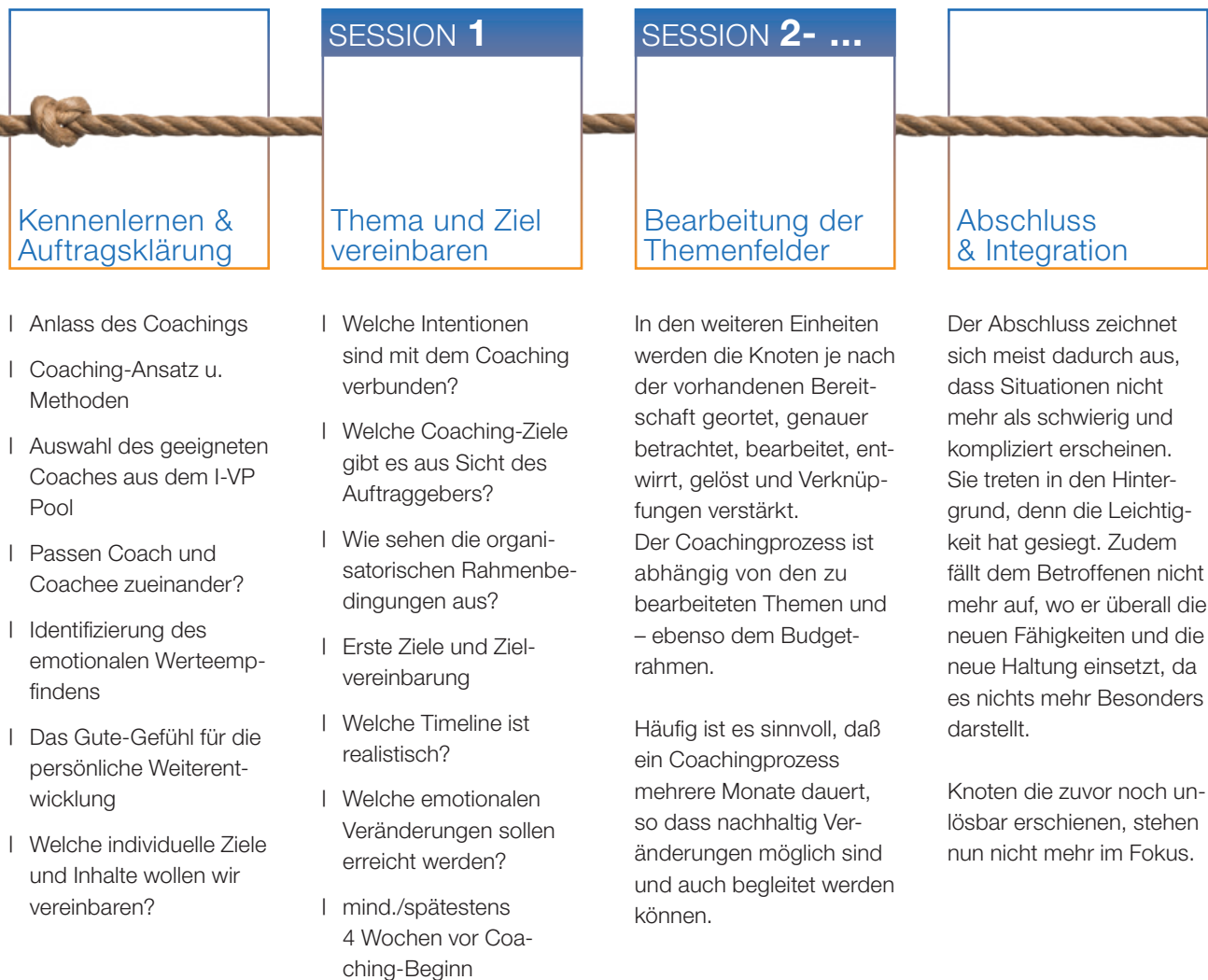
Frau Schmied quälte schon längere Zeit jeden Morgen aus dem Bett, zählte die Stunden bis zur Mittagspause und plante lieber den nächsten Urlaub wie die nächste Besprechung mit ihren Vorgesetzten. Sie fühlte sich an Ihrem Arbeitsplatz nicht mehr gefordert und ernstgenommen. Unser Coach zeigte ihr diverse Alternative auf, die Ihre Stärken und Fähigkeiten berücksichtigte. Dies kann eine Weiterbildung, Umstrukturierung oder auch ein kompletter Neuanfang sein! Mit mehr Klarheit über das eigene Potenzial, Ziele und Wünsche werden Knoten gelöst, Probleme oder Ängste relativieren sich oder Widerstände geklärt.

### FERNBEZIEHUNG

Herr Steinbeiß führte bereits seit längerem eine Fernbeziehung mit seiner Freundin. Da die Distanz jedoch die Beziehung belastete, hatten sie besprochen, daß er in seiner Nähe nach einer Arbeitsstelle für sie suchen würde. Alle Anzeigen sprachen ihn jedoch nicht an oder waren seiner Meinung nach nicht passend für ihr gemeinsames Lebenskonzept. Nach den Knotenlöser-Gesprächen und gezielten Fragen durch unseren Coach wurde jedoch klar, daß er sich innerlich dagegen gesperrt hatte, für sie eine Anstellung in seiner Nähe zu finden, da ihn die Beziehung nicht mehr ausfüllte. So konnte er für sich entscheiden, wie er mit dieser Erkenntnis umgehen würde.



# EIN EXEMPLARISCHER COACHINGPROZESS NACH DEM KNOTENLÖSER-PRINZIP



## UNSERE COACHING-METHODEN

JE NACH KNOTENLÖSER-ANLASS ARBEITEN UNSERE COACHES MIT DEN FOLGENDEN METHODEN:

- | NLP Neurolinguistisches Programmieren
- | Systemische Aufstellungen
- | Gesprächstherapie und -beratung
- | Transaktionsanalyse
- | Supervision
- | Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation

PERSÖNLICHKEITSMODELLE UND -GUTACHTEN:

- | Reiss-Profil
- | persolog Persönlichkeits-Modell
- | Structogramm
- | Triogramm
- | IPM
- | wingwave

# UNSERE KNOTENLÖSER-ANGEBOTE



INDIVIDUELLES  
COACHING



TEAM  
COACHING



COACHING  
ON THE JOB

Individual Knotenlöser – Prinzip - Coaching bietet einen geschützten Rahmen, um neue Perspektiven im Denken und Handeln zu entwickeln und außergewöhnliche und belastende Erfahrungen zu verarbeiten. Der Coach hat während des gesamten Coachingprozesses die Ressourcen = Kraftquellen des Klienten im Blick und adressiert diese immer wieder gezielt. Sich auf eigene Stärken und positive Erfahrungen in vergleichbaren Situationen besinnen, hilft schwierige Zeiten überwinden.

Mit unserem Knotenlöser-Prinzip - TEAM COACHING fördern Sie die Ressourcen Ihrer Mitarbeiter und optimieren nachhaltig verschiedene Teamprozesse:

- | die Phase der Teambildung
- | Veränderungen im Team
- | Konflikte im Team
- | Integration neuer Teammitglieder

Sie verbessern die Kommunikation innerhalb Ihres Team und steigern die Arbeitsleistung.

Beim Coaching am Arbeitsplatz begleitet Sie der Coach bei der Erledigung von Aufgaben, die Sie optimieren möchten, beispielsweise bei Telefonaten mit Kunden. Der Coach hört mit und Erarbeitet mit Ihnen im Anschluss daran Verbesserungsmöglichkeiten, die Sie dann wiederum direkt ausprobieren können. Oder Sie nehmen einen Coach mit zum Kundentermin, um an Ihrem Auftreten beim Kunden zu arbeiten und Ihre Abschlussquote zu steigern.

## UNSERE UND IHRE COACHES

Der Coaching-Erfolg hängt sehr stark davon ab, ob die Beziehung zwischen Coach und Coachee stimmt. Im I-VP Coaching-Team finden unsere Kundenberater den passenden Coach für Sie.

Alle I-VP Coaches verfügen über langjährige Berufserfahrung und fachspezifische Qualifikationen für Coachingprozesse.

Je nach Thema und Anlass wählt der I-VP Kundenberater geeignete Coaches aus. Dabei berücksichtigen wir Ihre Wünsche zu Coachingmethoden, Berufserfahrung sowie Fachkompetenzen eines möglichen Coaches.

## WIE LANGE DAUERT EIN COACHING

Coaching kann Bestandteil in einem modularen Entwicklungsprogramm, eine anlassbezogene Einzelmaßnahme oder eine langfristige Begleitung sein. Die Zeitdauer eines Coachings ist abhängig von den zu bearbeitenden Themen.

Oft ist ein Prozess über einen Zeitraum von mehreren Monaten sinnvoll, so dass Veränderungen beobachtbar sind und begleitet werden können. Coach und Coachee treffen sich dann im Abstand von 4 - 6 Wochen zu halbtägigen Sessions. Dauer, Vorgehensweise, eingesetzte Methoden können je nach Coaching-Anlass stark variieren.

## KONTAKT UND BERATUNG

Benötigen Sie weitere Informationen zu unserem Coaching nach dem Knotenlöser-Prinzip oder möchten Sie ein konkretes Knoten-Thema besprechen?

Gerne stehen wir Ihnen zur Verfügung. Sie erreichen uns telefonisch unter: 07961-9599460, per E-Mail unter: [knotenloeser@i-vp.de](mailto:knotenloeser@i-vp.de) oder über unsere Homepage: [www.knotenloeser-prinzip.de](http://www.knotenloeser-prinzip.de)



## WEG MIT DEM KNOTEN!

Welcher Knoten? Haben Sie einen Knoten? In der Zunge oder im Taschentuch? Oder vielleicht sogar mit einem scheinbar leichten Problem? Wenn wir mit Hast, Eile und Aktionismus diesen loswerden wollen, verheddern wir uns oftmals nur noch mehr. Uns fehlt die Konzentration auf den Hebel, wie wir diesen entzauen oder loswerden können.

Der gleiche Ansatz ist im Coaching bei Herausforderungen und scheinbar zusammengeschnürten Knoten zu sehen. Wird zu sehr an den zwei Enden gezogen, zieht sich der Knoten noch fester zusammen. Im Coaching nach dem Knotenlöser-Prinzip erfolgt die Unterteilung in kleine Teilbereiche, die jeder für sich einzeln gelöst werden. Die Festigkeit des Knotens wird zunächst in ersten

Ansätzen gelockert. Danach werden einzelne Teilaspekte entknotet bis sich der Knoten aufgelöst hat und alles wieder frei fließen kann.

Nicht die Gewalt und das stärkste Ziehen löst einen Knoten, sondern der richtige erste Ansatz, der Widerstandsfähigkeit entgegen zu treten. Im Coaching bedeutet dies, die erste Hürde an Angst, Hemmnissen und Blockaden zu nehmen, um den richtigen ersten Strang zu identifizieren. Dabei sind Vertrauen, Sichtweisen und der Perspektivenwechsel die maßgeblichen Punkte für das Lösen eines Knotens zu verstehen. Ist dieser gefunden, werden Schritt für Schritt die Wirren des Seils demaskiert bis am Ende nur noch das Seil ohne Knoten vorzufinden ist.

Scheinbar unlösbare Situationen werden durch das Coaching nach dem Knotenlöser-Prinzip realisierbar, die Optionen an Denk- und Handlungsweisen nehmen zu und die Gegebenheiten werden mit einer neu gewonnen Souveränität gemeistert.

Wir haben Ihre Neugier geweckt?

Gerne stehen wir Ihnen für ein unverbindliches Gespräch zur Verfügung. Sprechen Sie uns an – wir freuen uns auf Sie!

Herzliche Grüße,  
Ihr Stefan Walper &  
Joachim Domes



Institut für Vertrieb und  
Persönlichkeit GmbH

Sebastiansgraben 7  
73479 Ellwangen

Telefon: 07961-9599460

Fax: 07961-9599469

E-Mail: [info@i-vp.de](mailto:info@i-vp.de)

Web: [www.i-vp.de](http://www.i-vp.de)