

Walking in Coaching

Es gibt eine Arbeitsgruppe, die sich mit dem Thema „Walking in Coaching“ beschäftigt hat, bestehend aus Agnes, Lilli, Tine und Marianne. Zusätzlich kamen Gespräche mit anderen ausgebildeten Walkern – ein Erfahrungsaustausch bisher. Diese Erfahrungen möchte ich teilen und andere ermuntern, ebenfalls über Ihre Erfahrungen zu berichten.

Wir haben uns Gedanken gemacht, was den Coachingprozess von dem unterscheidet, was man in 4 Wochenenden Ausbildung zum WIYS-Leiter lernen kann und was man in anderen Ausbildungen zum Coach lernt, z.B. in systemischen Coachingsausbildungen. Als Anregung dazu gibt es ja den Film im Internet von Christian, dass das Walken die Zukunft des Coaching ist.

Die Fragestellung hat uns beschäftigt, ob jemand, der frisch sein Zertifikat in den Händen hält, auf einmal nach 4 Wochenenden Coach ist und weiß, wie man Menschen begleiten kann.

Ich sehe bei vielen, die Walking In Your Shoes beruflich anwenden, dass sie meist schon eine andere Ausbildung haben, also ein anderes Standbein, so dass das Walken dann als weitere Methode dazukommt. Das kann eine systemische Ausbildung, eine bestehende Praxis (Physiotherapie, Hypnose, Heilpraktiker, Psychologie,...) sein, aber auch jeder andere Beruf, der mit Menschen und seinen Problemen arbeitet und wo das Walken eingebettet werden kann.

Ein großer Unterschied zwischen privatem Einsatz von WIYS und dem beruflichen Einsatz ist m.E., dass man als Coach „Ratsuchende“ oft über einen längeren Prozess begleitet und nicht nur einen einzelnen Walk macht.

Jemand hat ein Ziel und das ist oft nicht mit einem Walk erledigt. Ein Walk ist dann ein sehr kraftvolles Tool in einer einzelnen Sitzung. Man arbeitet mit ihm an seinen Zielen, setzt Ressourcenarbeit ein, gibt Hilfsmittel mit, die helfen, das Ziel zu erreichen, z.B. wenn man Affirmationen im Walk erarbeitet hat oder sich andere Lösungen zeigen. In der nächsten Sitzung greift man das wieder auf und schaut, was noch bis zum Ziel fehlt. In der Zwischenzeit kann man sich berichten lassen, ob es etwas Wichtiges gibt und wie der Fortschritt ist; ein kleiner Trick, den manche brauchen, um das Ergebnis nicht verpuffen zu lassen.

Bewährt hat sich auch, vor einer Sitzung durch einen Walk zu schauen, was man wissen sollte. Das kann ein ganz kurzer Walk sein und helfen, die Sitzung vorzubereiten.

Zu den bestehenden Coachingsausbildungen gehört, wie man den Ratsuchenden professionell begleitet. Meist werden Interventionen an die Hand gegeben. Es gibt Coachingbücher mit Hunderten solcher zusätzlichen Verfahren.

Wenn man in Josephs Workshops ist, sieht man, dass er geschehen lässt, Zeit lässt. Da gibt es nicht die Interventionen, wie man sie z.B. beim systemischen Stellen einsetzt und Sätze vorgibt. Was wir bei Joseph sehen ist die Kombination von Walken von Themen mit anschließendem Gehen der Lösung oder der Ressource. Die Blockade geht häufig ein anderer aus der Gruppe und die Lösung oder den Glaubenssatz geht der Ratsuchende selbst.

Das ist schon ein guter Schritt für den Ratsuchenden hin zu dem gewünschten Ziel. Im Focusing¹ hat man festgestellt, dass etwas besser verankert werden kann, wenn der Ratsuchende es selbst gefühlt hat und das können wir im Walken nutzen, indem der Ratsuchende das, was er braucht, selbst fühlt. Er geht die Ressource selbst und fühlt die Lösung.

Ein wichtiger Aspekt ist die Haltung beim Walken dem Ratsuchenden gegenüber. Es ist uns in unserer Gruppe selbstverständlich gewesen, dass die Sitzungen in Achtsamkeit geschehen. Es ist hilfreich, am Anfang einen Moment der Stille zu setzen und sich einzustimmen. Der Ratsuchende kann dabei seine Erlaubnis (das kann Beten sein oder ein „in Stille sein“, ohne laut zu reden) geben, dass das Bestmögliche geschieht. Wir sind im Vertrauen, dass der „Coachee“ (wie der Ratsuchende im Coaching oft genannt wird) die Lösung in sich trägt und dass wir ihm nur helfen, den nächsten Schritt zu finden.

Beim Überlegen, was noch für den erfolgreichen beruflichen Einsatz des Walking In Your Shoes noch wichtig ist, fiel uns auf, dass es sicherlich hilft, wenn wir die Wahrnehmung und Intuition verfeinern und besser beobachten. Was passiert im Walk? Was wird gefühlt? Welche Fragen helfen, das Geschehen weiter voranzutreiben?

Eine gute Hilfe kann auch sein, mit Traumatherapie, Quantenheilung oder was man sonst noch an weiteren Verfahren mitbringt, die Walks zu unterstützen. Ich habe gute Erfahrung damit gemacht, mit Matrix Energetics (Richard Bartlett) die Blockade aufzulösen und dann den Ratsuchenden erneut die Lösung gehen zu lassen. Danach war es plötzlich ganz leicht, was vorher nicht möglich schien. Mein Vortrag auf dem Kongress WIYS² geht darauf, was noch helfen könnte zusätzlich zum Walken, ausführlich ein und man findet ihn als Film und als Skript auf meiner Homepage. Die Vielzahl der hilfreichen weiteren Methoden scheint mir „unendlich“ zu sein.

Was auch noch zusätzlich möglich ist, die Themenbereiche, für die man das Walken einsetzt, weiter auszudehnen. Wir kommen manchmal in Bereiche des Schamanismus, in Bereiche des Familienstellens, in andere Leben oder andere spirituellen Bereiche. Es zeigt sich vielleicht auch ein inneres Kind, das Heilung, Aufmerksamkeit und Liebe braucht. Da ist dann

¹ Die Methode Focusing nach Gentlin ist entwickelt worden aus einer Studie heraus, die folgendes zum Ergebnis hatte: die Methode des Therapeuten war nicht relevant. Der Patient bekam sein Problem gelöst, wenn die Lösung selbst gefühlt hat. Siehe seine Bücher, z.B. Focusing

² Marianne Dietz-Grebe, WIYS Kongress 2017, Youtubefilm und Unterlagen auf der Momepage www.dietz-grebe.de

für den Leiter wichtig, sich damit auszukennen und aus dem breiten Wissen zu schöpfen, das man so mitbringt außerhalb von 4 Wochenenden.

Es ist möglich, die Wirkung von Heilpflanzen und Mitteln auf uns durch einen Walk zu gehen oder die Wirkung von Wohnungen oder Häuser auf uns, wie wir ja auch beim Kongress gesehen haben. Der Einsatz in Bereichen der Geomantie ist spannend. Es haben sich Wasseradern unterm Haus gezeigt, die zu schlechtem Einschlafen führten oder wir haben durch einen Walk gesehen, warum ein Haus nicht verkauft werden konnte (nach dem Walken und Beseitigung des Hindernisses war der Verkauf dann erfolgreich).

Mit diesem Artikel möchte ich Euch anregen, Euch weiterzuentwickeln und weiter zu forschen. 4 Wochenenden sind nicht genug, um aus dem Stand plötzlich als Coach zu arbeiten; für den beruflichen Einsatz braucht es Praxis und persönliches Wissen und oft ein weiteres Standbein bzw. weitere Ausbildungen.

Wenn die Zeit reif ist, wird es auch innerhalb des Instituts weitere Ausbildungen zum Coaching geben; schreibt mir, welche Wünsche und Ideen Ihr habt, dann können wir das aufnehmen.

Aus der Sicht von Lilli und mir würden wir gern einen Aufruf an alle WalkerInnen richten: Teilt WIYS als eine sehr "lebendige Methode" mit anderen, nutzt es, gestaltet es mit, damit jedeR einzelne und WIR als eine kreative lebendige Gesellschaft "wachsen" können.

Marianne Dietz-Grebe

www.Dietz-Grebe.de

(Marianne@Dietz-Grebe.de)

(Arbeitsgruppe mit Agnes Pfrogner, Lilli Ide, Tine Marquard und weiteren Interessierten)