



Veränderte Arbeitswelten: Coaching und Gehirn

Alica Ryba

Arbeitswelten und Coaching – ein Evolutionsprozess

ALICA RYBA

Veränderte Arbeitswelten:
Coaching und Gehirn



Arbeitswelten und Coaching



- **Digitale Transformation:** immer schneller immer mehr leisten
- **Coaching als globales Phänomen (Bresser, 2013):** „Coaching ist ein – vielleicht *das* – **Instrument der Komplexitätsbewältigung** unter den Bedingungen der Postmoderne.“ (Böning, 2015)

Neurowissenschaftlich fundiertes Coaching

Agenda



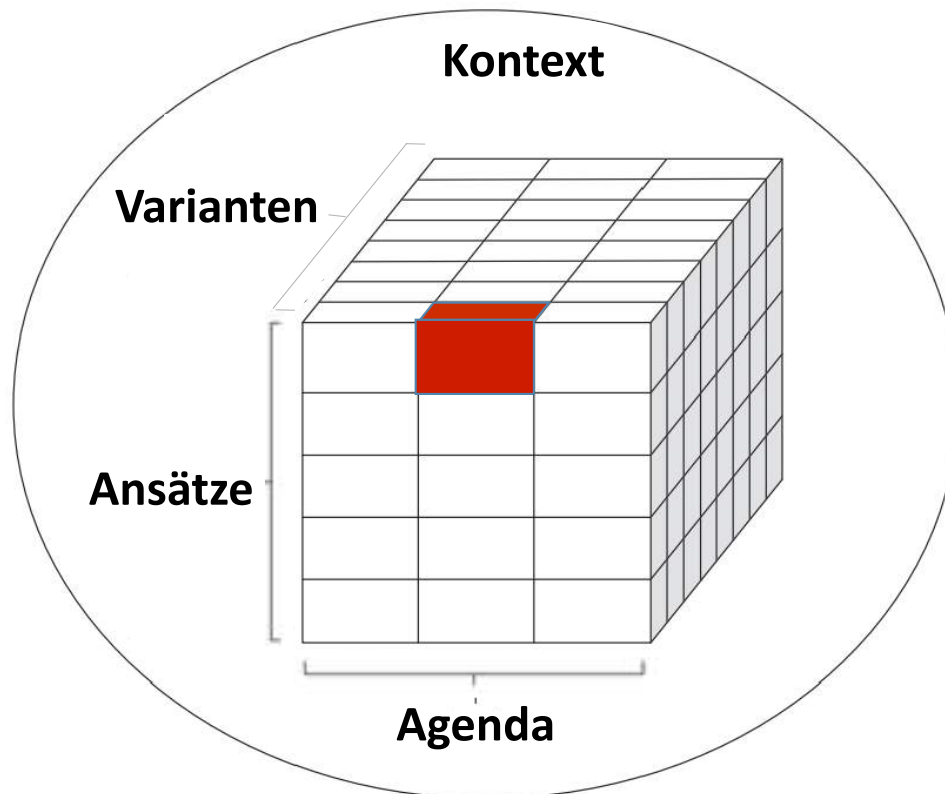
- 1) Definition und **Abgrenzung zur Psychotherapie**
- 2) **Persönlichkeit** und ihre Veränderbarkeit aus **neurowiss. Sicht**
- 3) **Ansätze** für Persönlichkeitsentwicklung
- 4) **Fazit**

Agenda



- 1) Definition und Abgrenzung zur Psychotherapie
- 2) Persönlichkeit und ihre Veränderbarkeit aus neurowiss. Sicht
- 3) Ansätze für Persönlichkeitsentwicklung
- 4) Fazit

Coaching-Cube



Agenda:

- **Skills Coaching**
(Fähigkeiten)
- **Performance Coaching**
(Leistungen)
- **Development Coaching**
(Person als Ganzes)

Abb.: Erweiterter Coaching Cube in Anlehnung an Segers et al. (2011)

Coaching und Psychotherapie



Psychotherapie

- **Heilverfahren für Kranke**
- Problem + Vergangenheit
- Langfristig
- Abhängige Beziehung
- Selbstmanagementfähigkeiten beeinträchtigt

Coaching

- **Gesunde in Arbeitswelt**
- Lösung + Gegenwart/Zukunft
- Kurz
- Beziehung auf Augenhöhe
- Selbstmanagementfähigkeiten intakt

Psychotherapie

Überschneidungsbereich

Coaching

Agenda



1) Definition und Abgrenzung zur Psychotherapie

2) Persönlichkeit und ihre Veränderbarkeit aus neurowiss. Sicht

3) Ansätze für Persönlichkeitsentwicklung

4) Fazit

Vier-Ebenen-Modell

N
A
C
H
H
A
L
T
I
G
E
R

Untere limbische Ebene

Vegetativ-affektives Verhalten (primär unbewusst)

Mittlere limbische Ebene

Emotionale Konditionierung (sekundär unbewusst)

Obere limbische Ebene

Individuell-soziales Ich (bewusst/vorbewusst)

Kognitiv-sprachliche Ebene

Kognitiv-kommunikatives Ich (bewusst/vorbewusst)

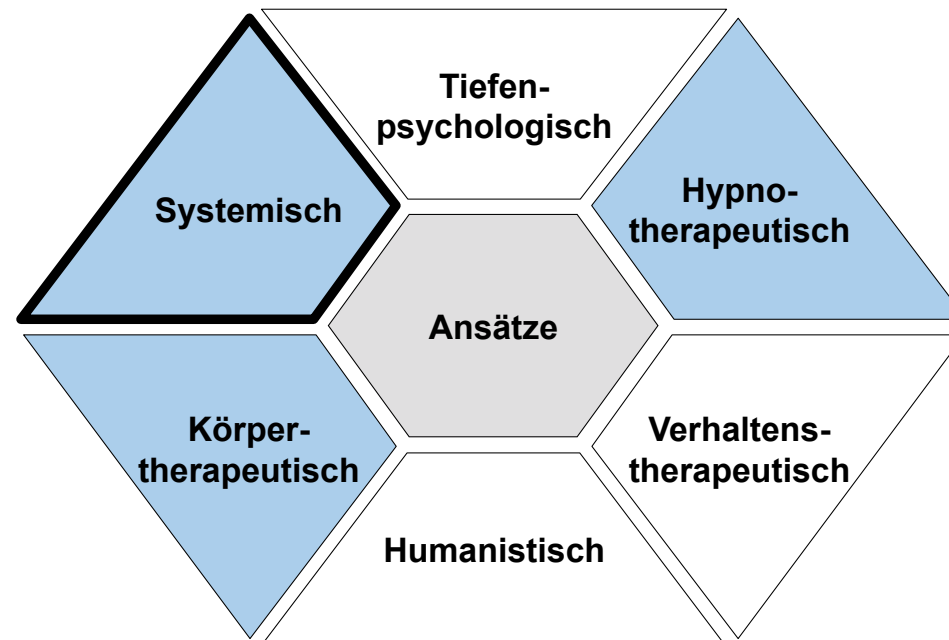
- **Kernpersönlichkeit:**
unbewusste limbische Ebenen
- **Nachhaltige Entwicklung:**
unbewusste limbische Ebenen

Agenda



- 1) Definition und Abgrenzung zur Psychotherapie
- 2) Persönlichkeit und ihre Veränderbarkeit aus neurowiss. Sicht
- 3) Ansätze für Persönlichkeitsentwicklung**
- 4) Fazit

Ansätze



Systemischer Ansatz

Persönlichkeit

- Psyche Black-Box

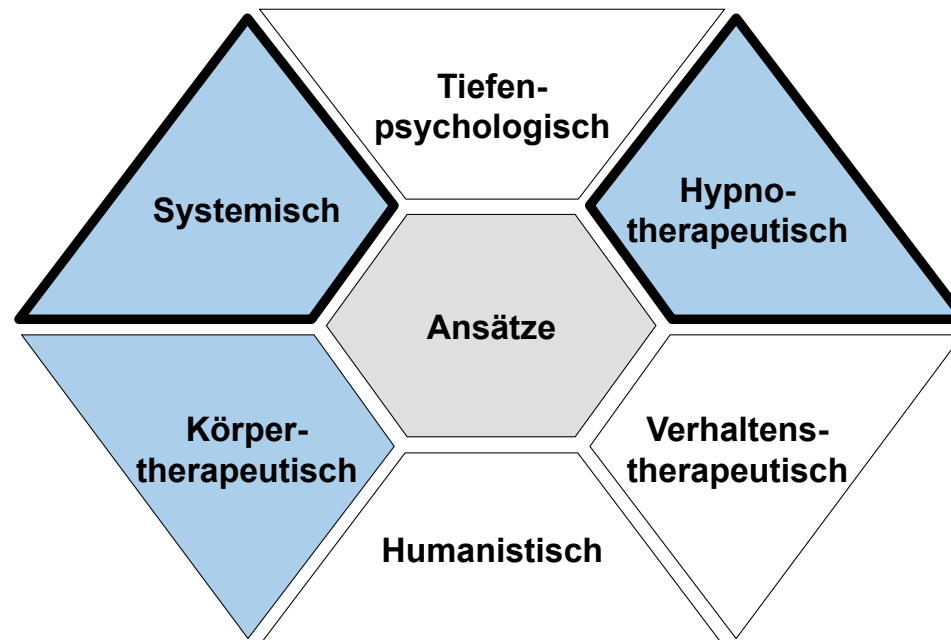
Mechanismus

- Dekonstruktion und Konstruktion von Ideen

Methodik

- Systemische Fragen
- Symbolische und metaphorische Hilfsmittel
- Schlussintervention

Ansätze



Hypnotherapie (Erickson)



Persönlichkeit

Unbewusste als

- **Metapher**
- **reales Phänomen**

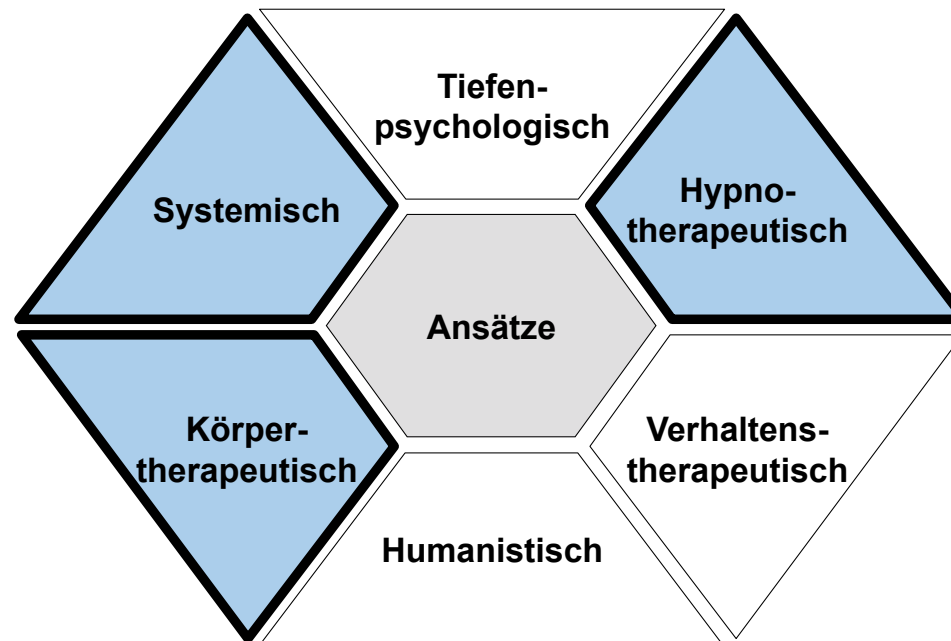
Mechanismus

- Trance

Methodik

- Indirekte Kommunikation mit dem Unbewussten

Ansätze



Bioenergetik (Lowen)

Persönlichkeit

- **Charakter- und Muskelpanzer** als Abwehrmuster

Mechanismus

- **Kathartische Lösung** von Muskelverkrampfungen

Methodik

- Vibration als Assoziation des Körpers
- Atmung

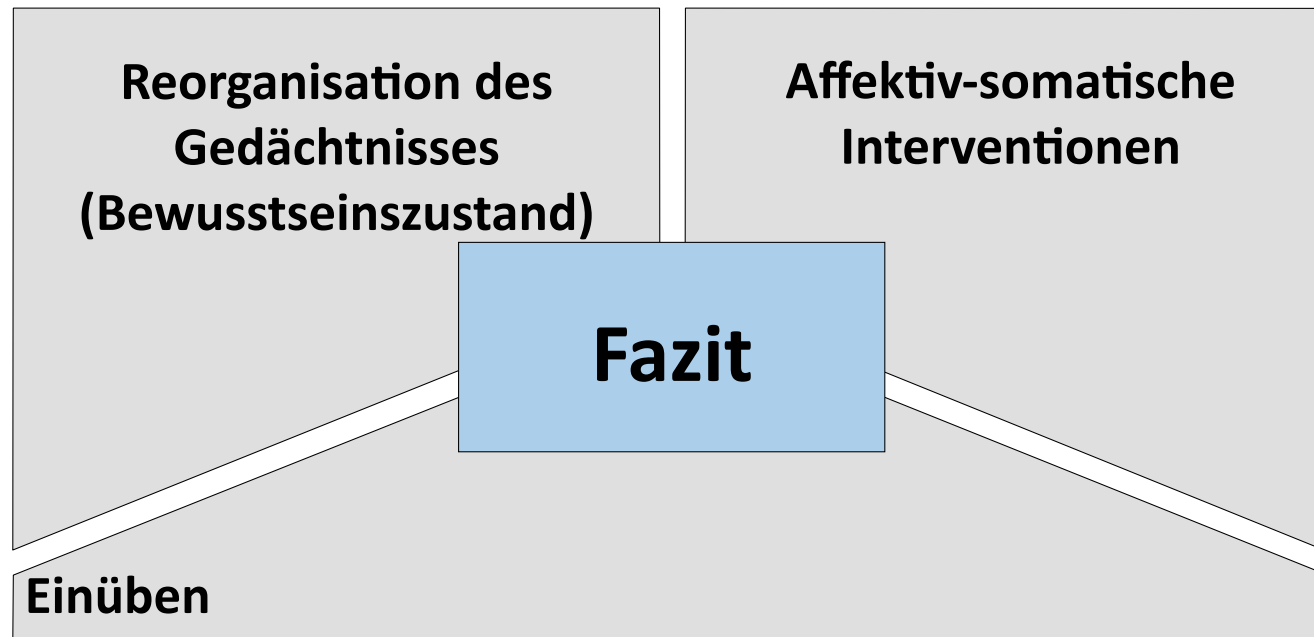
Agenda



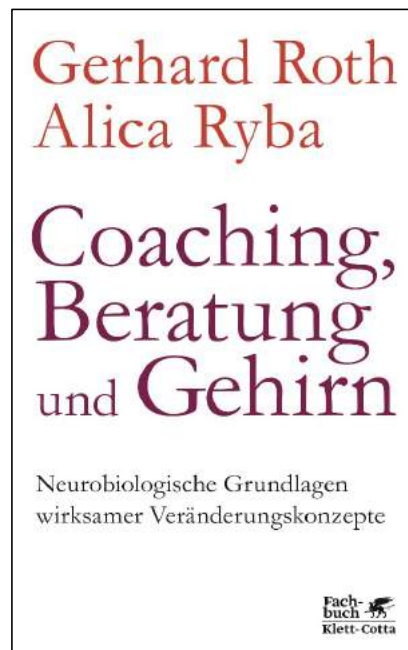
- 1) Definition und Abgrenzung zur Psychotherapie
- 2) Persönlichkeit und ihre Veränderbarkeit aus neurowiss. Sicht
- 3) Ansätze für Persönlichkeitsentwicklung

4) Fazit

Persönlichkeitsentwicklung



Vielen Dank!



Dissertation Frühjahr 2018: Die Rolle unbewusster und vorbewusst-intuitiver Prozesse im Coaching unter besonderer Berücksichtigung der Persönlichkeitsentwicklung des Klienten