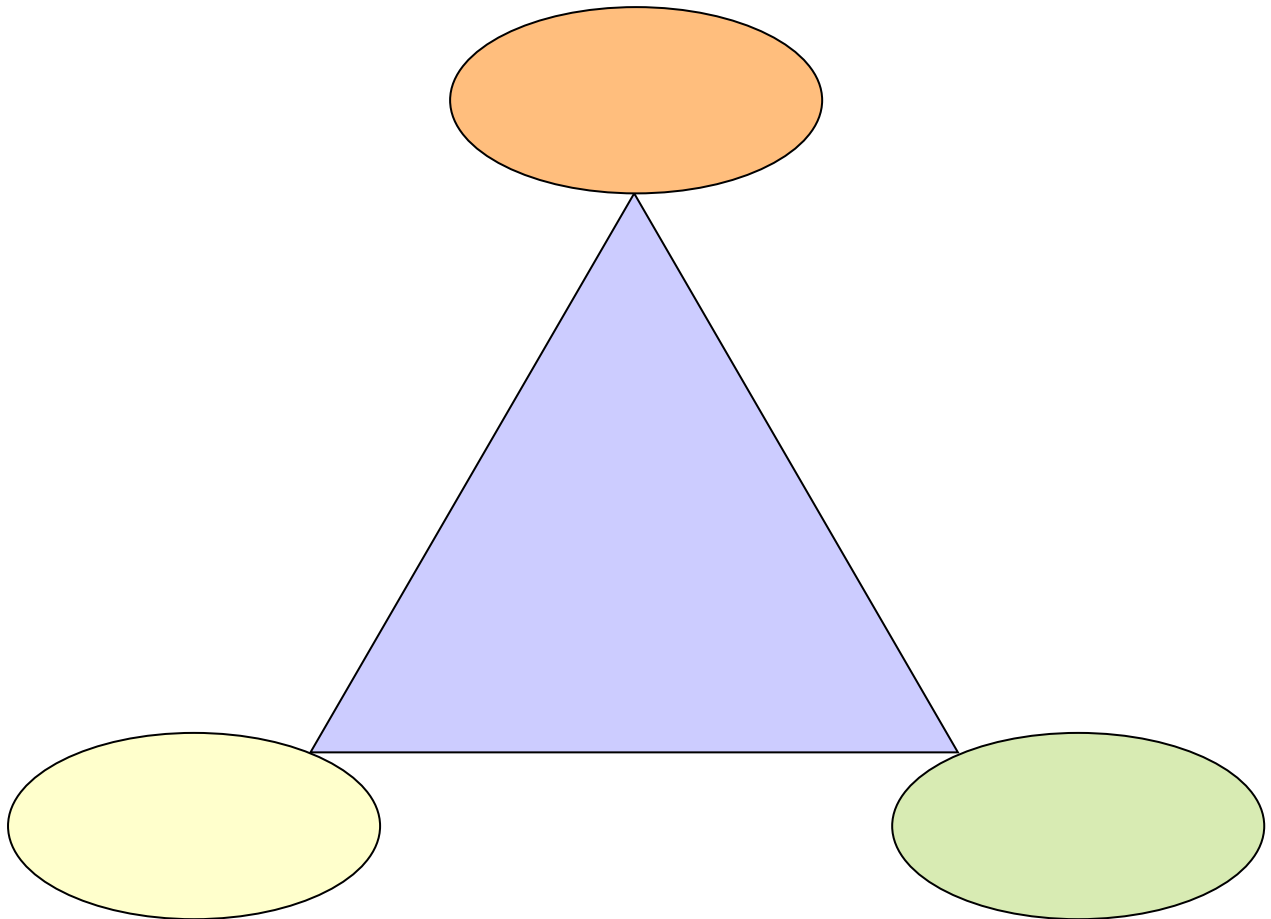


Ike Sprenger



***Der systemische (Schul-)Coach
- Das Original -***

**Arbeitsvorlagen für den
Coaching-Alltag**

www.ikesprenger.de

Impressum:

Ike Sprenger

Persönlichkeitsentwicklung. Coaching. SchreibCoaching©.

Uhdestr. 12

45147 Essen

Uhdestr. 12

45147 Essen

ikesprenger@aol.com

www.ikesprenger.de

Redaktion und Gestaltung

Ike Sprenger

November 2018

Reader / digital 18,00 €

Inhaltsverzeichnis

1. Grundlegende Fragetechniken – Die 3 Herdplatten

- Überblick gewinnen – Fragestellung präzisieren – erste Lösungsideen
 - Ziele präzisieren
1. Herdplatten
 2. Anliegenhaus
 3. wohlgeformte Ziele – PES
 4. wohlgeformte Ziele – PERO
 5. SMART
 6. Die 7 Stufen zum Ziel®

Ressourcen aktivieren

7. Moment of excellence – Fragen
8. Modelling
9. Alleinstellungsmerkmal (USP)
10. Stärkenprofil
11. Checkliste persönlicher Fähigkeiten
12. Die 7 Stufen der Ressourcen®

Problem präzisieren

13. Zentral Format
14. Leiter Format

2. weitere Coaching-Anlässe

Anlass: Ich würde gerne, aber es klappt nicht so richtig

Anlass: will ich wirklich?

15. somatische Marker

Anlass: Fantasie anregen – kreative Veränderungsprozesse

16. Walt Disney-Strategie

Anlass: Berufs- und Lebensplanung

- 17. Lifeleadership-Ansatz
- 9. Alleinstellungsmerkmal (USP)
- 10. Stärkenprofil
- 18. Ideensammlung für den Markt

Anlass: Burnout-Prophylaxe / Alltag entstressen

- 19. Erkennen der eigenen Stressmuster
- 20. Vertiefende Analyse eigener Stressmuster

Anlass: Kurzcoaching

- 21. Die Macht der kleinen Schritte

3. Lerncoaching

- 22. Zentrale Fragestellungen in (Lern-)Coaching

4. Konfliktcoaching

- 23. Lösungsansatz für Konflikte
- 24. Konfliktlösung durch Zielbestimmung
- 25. Konfliktlösung mit Hilfe von Metaphern
- 26. Umgang mit schwierigen GesprächspartnerInnen

5. Teamcoaching

- 27. Placemat
- 28. Teamentwicklungsuhr
- 29. Zielfindung und Umsetzung