

Hallo Greg, wie geht es uns? Und wir haben unseren Ninja bei uns, wir, Leanne, sie wird uns heute ehrlich halten, also werden wir in guten Büchern sein und ich habe meine Moderatorenkollegin.

Bei mir, Simon, ist Simon ein Mitwirkender und er ist ein, ich werde ein paar Worte sagen.

von Greg Er ist tatsächlich ein knallharter Schauspiel-Trainer für uns. Er wird reden.

mit uns über unterschiedliche Coaching-Standpunkte. Und ich kann mir vorstellen, dass wir alle aus unterschiedlichen Gründen beitreten.

Deshalb bin ich wirklich dankbar für jeden einzelnen von euch, besonders für die Menschen, aus denen ihr kommt.

wirklich interessante Zeitzone Heute sind wir bei euch, einige von uns aus Australien, New.

Seeland, 6 Uhr morgens am Samstagmorgen. Also großes Interesse. Vielen Dank an alle, die mitgekommen sind.

zu diesem Zeitpunkt Und ich bin sicher, wir würden gerne wissen, woher ihr alle kommt.

Wenn Sie den Chat nutzen können, gehen Sie rein und teilen Sie mit, woher Sie kommen, wie spät es ist und wie sehr Sie sich dafür entschieden haben, zu uns zu kommen. Ich bin wirklich dankbar dafür. Und ein bisschen.

Über mich: Ich bin Manthan Goghari, ein Botschafter und ein pragmatischer agiler Coach. Also bei Simon.

Als er mit mir über diese Coaching-Haltung gesprochen hat, dachte ich, okay, das ist interessant. Lass uns reden.

Darüber werde ich mich nicht auf das festlegen, was Sie mir verkaufen wollen. Also lasst uns ein Gespräch führen.

und lasst uns die Community mitnehmen. Und das Wichtigste: Wir sind für euch da. Also vielen Dank.

Ich danke Ihnen für Ihr Kommen und möchte wirklich jedem einzelnen von Ihnen zurufen, dass er sich heute die Zeit genommen hat. Und bitte lehnen Sie sich zurück, stellen Sie Fragen, nutzen Sie den Chat, verwenden Sie die Emojis. Lasst uns.

Machen Sie dies zu unserer Veranstaltung. Lassen Sie uns dies geschehen lassen. Und damit rufe ich diese Veranstaltung zum Start auf.

Also lasst uns rocken und rollen. Also Simon und das alles wäre, wie gesagt, nicht möglich gewesen.

Wenn Eric nicht diese interessante Vision hätte, um uns zusammenzubringen, dann fing Eric damit an.

Bewegung und wir machen einfach weiter und geben einfach mehr Energie ins Feuer. Vielen Dank an alle.

Und wir haben noch ein paar weitere Leute in der Community, die sich uns ebenfalls anschließen werden. Simon, wenn du zum nächsten gehen kannst. Was wir heute tun werden, sind wir.

Wir werden mit Ihnen über Coaching sprechen und dabei handelt es sich nicht nur um agiles Coaching.

Seien Sie ein beliebiger Coach, ein Einzelcoach, ein Teamcoaching, ein Organisationscoaching und ein Führungscoaching. Wir werden über zwei verschiedene, unterschiedliche Coachingstile sprechen:

der personzentrierte Stil und der andere, der ein Nicht-Stil ist, der ein direkter Stil ist.

Vielleicht werden wir, nachdem wir davon erfahren haben, einige Zeit mit Triaden verbringen und das in unseren Breakout-Räumen üben. Und schließlich werden wir zurückkommen und nachdenken.

in Bezug auf das, was wir gelernt haben, wie wir gelernt haben und welche Erfahrungen wir gemacht haben. Wenn Sie also hingehen.

zum nächsten, Simon Als ich meine Reise als agiler Coach begann, begann ich.

Als ich darüber nachdachte, als ich als Softwareentwickler angefangen habe, schaute ich mir das an und sagte: „Das hört sich interessant an. Wie soll ich vorgehen?“ Ich sprach.

Viele Trainer sagten, manche Trainer stellten eigentlich nur Fragen, die sie nie verraten würden.

mich alles Sie fragten mich: „Oh, was denkst du darüber?“ Und alle Antworten.

Es kommt darauf an. Und ich dachte: Okay, das hört sich interessant an. Alles ist so.

Es kommt darauf an, dass ich sagte: „Okay, ich kann das ein wenig verstehen.“ Das nächste war.

Einige Trainer gaben mir wirklich tolle Antworten. Sie sagten mir wirklich, ich solle das machen. Und ich dachte:.

Okay, das ist eine interessante Denkweise. Und einige nutzten die Philosophie, die sie lehren würden.

Sie haben mir etwas gesagt, dann haben sie mich gefragt, und sie haben mich als Mentoren betreut, und dann haben sie es mir beigebracht, dann haben sie mich gefragt, und dann haben sie mich als Mentoren betreut. Und ich dachte: „Okay, ich habe diese Leute manchmal gefragt.“

sagen: Mit welcher Persönlichkeit bin ich heute? Bin ich heute beim Lehrercoach? Bin ich heute beim Mentor-Coach? Oder bin ich heute beim Coach Coach? Und es hat mich wirklich beeindruckt, dass ich die verschiedenen Arten und Perspektiven für das Coaching darüber verstanden habe.

Wir werden das heute ein wenig auspacken. Wenn wir also zur nächsten Folie gehen, ist dies der Ort.

Vielleicht möchte ich, dass wir alle zusammenkommen. Denken Sie über Ihre Erfahrungen als Trainer nach. Das könnte sein.

Seien Sie ein persönlicher Coach, könnten Sie ein Team-Coach sein, könnten Sie ein Führungstrainer sein, könnten Sie ein Organisations-Coach sein. Und was spricht Sie an? Welche Art von Stilen verwenden Sie oder haben Sie verwendet? Und.

Ich werde Sie für diese interaktive Aktivität zum Miro-Board bringen. Also für diejenigen von.

Wenn einer von Ihnen Miro Board nicht als interaktives oder kollaboratives Tool nutzt, würden wir gerne sehen, welche Zielgruppe wir haben. Das ist wirklich nett. Das hängt wirklich davon ab.

Wir lieben das. Deshalb werde ich meinen Bildschirm teilen. Deshalb habe ich den Link zum Miro-Board eingefügt.

Chat Lass uns ins Miro-Board kommen Lass uns noch fünf Minuten verbringen Und im ersten.

Rahmen hier, wie würden Sie Ihren Stil bewerten? Besorgen Sie sich also eine Haftnotiz und passen Sie sie jedoch individuell an.

Sie möchten. Wenn Sie glauben, dass es sich um eine Richtlinie handelt, fügen Sie es in die Richtlinie ein und teilen Sie mit, warum, was, was.

Das kommt Ihnen in den Sinn. Und versuchen Sie, es nicht einzuzäunen. Aber ja, wenn Sie das Gefühl haben, dass Sie sich nicht entschieden haben.

So wie einige von uns deinen Namen dort eintragen, sieh, was zu dir kommt, und ich werde geben.

Wir selbst sagen, manche sagen drei Minuten für diese Aktivität. Und mal sehen, wie es uns geht und wie wir uns fühlen.

Es steht Ihnen frei, Ihre Gedanken mitzuteilen, sobald sie kommen. Wie ich sehe, handelt es sich bei der Antwort um eine wirkliche Richtlinie.

Stil Vielen Dank für die Einbringung. Heute habe ich mich noch einmal mit dem nicht-direktiven Stil befasst.

uns.

Um ein wenig hineinzuzoomen. Jemand braucht eine Anleitung. Sie sind neu in einer Rolle oder Aufgabe. Schön. Sehen Sie, ob.

Ich kann Ihnen etwas Musik dafür geben. Ich weiß nicht, ob die Musik funktioniert. Das sollte bei Ihnen der Fall sein.

Teile den Sound. Los geht's. Ich habe vergessen, den Sound zu teilen. Also schauen wir uns Tell an.

Ich möchte noch ein bisschen mehr über das Nicht-Direktive sagen. Was für Sie im nicht-direktiven Stil Anklang findet.

des Coachings? Wie multimodal. Könnten Sie das näher erläutern? Was bedeutet das für Sie? Wenn Sie zufrieden sind.

stumm überkommen Lass uns etwa eine Minute darüber reden.

Und mehrfach bedeutet nur, dass Sie je nach Vertrag mit Ihrem Kunden einen Team- oder Einzelorganisationsvertrag oder Manager-Coaching-Vertrag weitergeben, den Sie abschließen.

Am Anfang wählen Sie die bevorzugte Art des Coachings, es kann ein professionelles Coaching sein.

Der Standtyp kann ein Mentoring- oder Guiding-Coaching-Typ sein. Und dann gibt es natürlich etwas anderes.

Haltungen im Coaching je nach Setup Es ist nicht immer eins zu eins Aber egal,.

Das ist es, was multimodal bedeutet. Danke, dass Sie das gesagt haben. Was sind einige der Leitprinzipien?.

Können Sie ein oder zwei Beispiele nennen, damit Sie eine Entscheidung treffen können, wann wir es verwenden? Es ist also ein Vertrag in jedem professionellen Coaching-Setup. Sie haben ein Vertragsgesicht.

Das ist.

Was jeder professionelle Trainer tut. Und im Gesicht des Vertragspartners gibt es ein Gespräch.

mit dem Kunden kann 30 bis 90 Minuten dauern. Es ist voreingestellt. Das ist etwas, das Sie trainieren.

wie man es ausführt, Protokolle, die Vorlagen sind, denen man folgen muss. Und dort wählt man gemeinsam aus.

mit dem Kunden Wie ich schon sagte, sei es ein einzelnes Team oder eine Führungseinheit. Was wird bevorzugt?.

Modus für wie lange drei Sitzungen, 10 Sitzungen, dann erneuern Sie den Vertrag.

Wunderbar. Vielen Dank, dass Sie uns mitgeteilt haben, dass ich uns noch eine Minute Zeit geben werde, um zu sehen, ob wir Bedarf haben.

mehr Zeit dafür.

Bec, Sie haben erwähnt, wenn jemand eine Anleitung benötigt, dann heißt das, dass er neu in einer Rolle oder Aufgabe ist. Sehen Sie.

es als Erfahrungs- und Wissenstransfer Das war schon immer Ihr Leitgedanke,.

Becky? Nein, ich habe das einfach so formuliert, als würde ich eine Direktive und dann natürlich eine Nicht-Direktive verwenden.

Ich verwende es auch. Aber ich habe nur ein Beispiel für eine Direktive gegeben, ich meine, ich würde es so sagen.

eine Post-it-Notiz mitten in der Kommissionierung, abhängig von der Situation und dem, was mir bevorsteht. Ja.

Also danke. Danke, dass du das geteilt hast. Und erstens hast du darüber gesprochen, die Grenzen zu finden, die es gibt.

Die Person findet heraus, was sie daran hindert, ihre Ziele zu erreichen. Sie verwenden also die Nicht-Direktive.

Stil für diesen wunderbaren wunderbaren Stil. Vielen Dank an alle, die mir die Freude bereitet haben, sie zu teilen.

Ihre Perspektive. Nutzen Sie also bitte dieses Miro Board, während wir das ganze Gespräch durchgehen.

im Chat, damit du es teilen kannst Also Simon, zurück zu dir Und du kannst fortfahren Bevor wir gehen,.

Greg hat eine Frage. Wenn Sie sich also fertig machen, legen Sie los, Greg.

Ich wollte gerade eine Beobachtung machen. Wenn Sie auf LinkedIn nachsehen und.

Sogar an dem Ort, an dem ich zuletzt gearbeitet habe, gibt es eher den Drang, weisungsgebundener zu sein, eher ein Liefercoach zu sein, und nicht unbedingt nur ein Coach. Sie wollen einen Teil der Lieferkrams von den Coaches, die ich sehe, herausholen dass ich es immer häufiger auf LinkedIn sehe.

und mehr zu vielen Dingen. Aber ich denke, es ist wichtig, dass wir nicht einfach nur nicht direktiv sind.

Dennoch besteht derzeit die Forderung, etwas richtungsweisender zu sein.

Wundervoller Dank. Danke, dass du diese Perspektive geteilt hast, Greg. Und ja, so ist es, während wir auspacken.

Wir erfahren etwas mehr über die Nuancen der beiden Stile. Also rüber zu dir, Simon.

Ja, schön euch alle kennenzulernen. Ich frage mich also nur, ob es in Ordnung wäre, wenn mehr von uns wären.

Schalten Sie Ihre Kamera ein, damit ich Ihr wunderschönes Lächeln und Ihre Gesichter sehen kann? Ich komme aus Sydney.

Falls wir uns noch nicht kennengelernt haben, es ist noch sehr früh hier, 615, es könnte mir helfen, eure Gesichter zu sehen.

wach bleiben Ansonsten starre ich nur auf meinen eigenen leeren Bildschirm und es wird langsam langweilig.

Etwas einsam und langweilig mit meinen Kindern und dem Schlafen meiner Frau. Wenn Sie also Ihre Kamera einschalten könnten,.

Das wäre wunderschön. Das wäre großartig. Es würde mir einfach diese zusätzliche Energie geben.

Machen Sie noch ein bisschen weiter. Vielen Dank. Also ja, also als Wartungseinführer bin ich es.

Ich teile wirklich einiges von dem, was ich gelernt habe. Ich habe vor ein paar Jahren mit meiner Beraterausbildung begonnen und.

Auch als Trainer hatte ich etwas Ähnliches wie Manfin. Ich frage mich immer wieder, wann ich es erzählen soll.

Leute, ich weiß, was euer Problem ist, aber sollte ich den Mund halten und ruhig bleiben und euch einfach trainieren lassen, bis ihr den Aha-Moment erreicht? Denn genau das sollte ein Trainer tun.

Als ich es gelernt hatte und meine Ausbildung und mein Lernen durchlief, stieß ich auf diese beiden Modelle. Das sind zwei der einflussreichsten Psychologen in den 60er Jahren. Und viele von ihnen.

Was wir heute tun, was wir über Psychologie wissen, wurde stark von diesen beiden Personen, Kyle Rogers und Albert Ellis, beeinflusst. Hat irgendjemand im Raum von ihnen gehört? Weil ich einfach.

Ich möchte mir ein Bild machen. Wenn Sie Ihre Hände geschüttelt haben, und ja, ich denke, es gibt eine Reaktion.

Ja, gut. Ich werde also ganz schnell durchgehen, was ich dabei gelernt habe.

Aber bevor ich das tue, habe ich auch gelernt, dass, wow, wie vor meiner Ausbildung, wissen Sie, manchmal sagen mir einige Leute, einige meiner Mentoren, dass Coaching in der Beratung oder Psychologie ganz anders sei. Aber das ist nicht das, was ich gelernt ist, dass ausgehend von der.

Ende des 18. Jahrhunderts, als Ford anfang zu denken: Oh, was ist die Psychologie? Was ist das

unterschiedliche Alter, das Auge, wie du aus deinem Traum herauskommst und all das von Kyle, seitdem ist viel Wunderbares passiert, besonders in den 50er und 60er Jahren, wo es fast so ist, als hätte jeder eine andere Theorie darüber, wie Menschliche Psychologie Arbeit Wenn Sie wirklich gehen.

Jeder hat seine eigene Theorie und jeder muss lernen, um zu beweisen, dass er Recht hat. Aber nicht nur das, es geht so weiter, bis vor kurzem im Jahr 2000 und Sydney, a.

Der Professor begann zu denken: „Hey, was ist eine Kultur?“ Und das ist heute noch aktiver.

Vieles, was wir über Coaching lernen, hat tatsächlich seine Wurzeln in derselben psychologischen Theorie, die wir kennen.

Also werde ich anfangen, mich darauf einzulassen.

Die zur Therapie geschickte Person wurde also in den 1960er Jahren von Rogers vorgeschlagen.

Es basiert auf seiner eigenen klinischen Erfahrung und zahlreichen Studien, die er durchgeführt hat.

Einer der grundlegendsten Unterschiede in seiner Theorie besteht darin, dass ein Psychologe damals von einer Krankengeschichte ausging.

Sie sind wie ein Arzt.

Sie sind also die Experten.

Für ihn nein.

Der Kunde ist der Experte für sein Problem.

Als Therapeut müssen Sie sich also nur darauf konzentrieren, die notwendigen Voraussetzungen zu schaffen, um der Person zu helfen.

Und dann ist das alles, was Sie brauchen.

Ich werde auf die Bedingung eingehen, die er vorgeschlagen hat.

Er schlug vor, dass es nur drei Bedingungen gibt.

Das ist alles, was Sie brauchen, nur diese drei Bedingungen.

Der erste Fall besteht darin, dass der Klient ein inkongruenter Klient ist und eine Beziehung zu einem kongruenten Therapeuten hat.

Ich werde etwas mehr darüber erklären, was kongruent bedeutet.

Sobald Sie diese Beziehung haben, müssen die Therapeuten nur noch üben und zeigen, was er als bedingungslose positive Rücksichtnahme bezeichnete, und auch dieses epiphytische Verständnis demonstrieren.

Und solange der Kunde diese beiden Zustände spüren kann, ist das alles, was Sie brauchen.

Es ist nicht erforderlich, die richtige Frage zu stellen oder den Kunden dazu anzuleiten.

in eine beliebige Richtung gehen.

Die Bedeutung von kongruent und inkongruent ist nun, dass wir alle ein Bild von uns selbst haben.

Wir alle haben eine Vorstellung davon, wie wir sind, ob wir das ideale Selbst sind oder wie die Menschen uns sehen.

Selbstbewusst bedeutet, dass zwischen dem idealen Selbst und dem, was die Leute von uns sehen, eine große Kluft besteht.

Kongruente Personen bedeuten, dass die Lücke viel größer ist.

Wir sind also authentischer, können wir sagen.

Das ist also alles, was er vorgeschlagen hat.

Dann bedeutet die bedingungslose positive Rücksichtnahme, dass ich die Person akzeptieren kann, egal was sie denkt, egal wie unterschiedlich sie ist, nicht zu urteilen und zu zeigen, dass ich dich so akzeptieren werde, wie du bist.

Wenn Sie Eltern sind, wissen Sie, was ich meine, wenn Sie mit fünf Jahren zu kämpfen haben oder einen Wutanfall bekommen.

Das ist im Grunde das, was es bedeutet.

Ich werde also auch zeigen, was Rogers wirklich sagt: Wenn man nur zuhören kann, muss man nicht darüber nachdenken, welche Frage man dem Klienten stellen wird, um ihm zu helfen.

sich bewegen oder wie sie sich bewegt.

Viele von uns haben darüber gecoacht, worauf ich reagieren werde.

Hier gibt es so viel Zeug.

Aber während Sie zuhören, hören Sie einfach zu.

Denken Sie nicht einmal darüber nach, wie Sie reagieren werden.

Einfach zuhören.

Hören Sie zu, was er oder sie sagt.

Achten Sie auf den nonverbalen Hinweis.

Hören Sie auf den Ton.

Hören Sie zu, was er oder sie nicht sagt.

Das ist alles.

Es herrscht viel Stille, wenn Sie sich Rogers Therapie ansehen, in der ich ein dreiminütiges Video abspielen werde, das eine seiner Sitzungen demonstriert.

Dies ist auf YouTube verfügbar.

Was damals geschah, war, dass sie ein Experiment durchführten, eine Dame namens Gloria, sie nahm an diesem Experiment teil, bei dem sie eine Sitzung mit Carl Rogers und Albert Ellis hatte.

Und beide zeigen, wie ihre eigene Therapie dieser Frau helfen könnte.

In dieser Sitzung mit Rogers besprach Gloria mit ihm eines der Probleme, mit denen er gerade zu kämpfen hat.

Denken Sie daran, das ist in den 60ern.

Es ist also viel konservativer.

Eines der Probleme, mit denen er konfrontiert war, war, dass Jesus vor kurzem geschieden war und manchmal brachte sie einen Mann nach einem Date zu sich nach Hause.

Sie macht sich Sorgen, dass ihre Töchter sehen, wie sie einen Mann zu sich nach Hause bringt, und sie weiß nicht, was sie ihr sagen soll.

Und genau das passiert in dieser Sitzung.

Hier geht es also schnell.

Es ist nicht nur ihr Problem oder die Beziehung zu ihr, es liegt auch in dir.

Ich fühle mich so schuldig.

Was kann ich von mir selbst erwarten? Ja.

Ja.

Und Ihnen wird klar, dass Sie eine Art Subdiffusionist eingerichtet haben, um sicherzustellen, dass Sie nicht erwischt werden oder so.

Dir ist klar, dass du aus Schuldgefühlen handelst, oder? Ja.

Ich möchte mich bei allem, was ich tue, wohl fühlen.

Wenn ich mich dafür entscheide, Pammy nicht die Wahrheit zu sagen, um sicherzugehen, dass sie damit nicht klarkommt, dann tue ich es nicht.

Ich möchte ehrlich sein und dennoch habe ich das Gefühl, dass es Szenarien gibt, die ich nicht einmal akzeptiere.

Wenn du es nicht in dir akzeptieren kannst, wie könntest du es dann bequem machen, es mir zu sagen? Rechts.

Und doch haben Sie, wie Sie sagen, diese Wünsche und das Gefühl, dass Sie sich dabei nicht gut fühlen.

Ich werde einfach da sitzen und mich darin schmoren lassen.

Ich will mehr.

Ich möchte, dass du mir hilfst, mein Schuldgefühl loszuwerden.

Wenn ich meine Schuldgefühle loswerden kann, wenn ich mit einem einzelnen Mann lüge oder ins Bett gehe, dann nur, damit ich mich wohler fühle.

Und ich möchte wohl sagen: „Nein, ich möchte Sie nicht einfach nur in Ihren Gefühlen schwelgen lassen“, aber andererseits habe ich auch das Gefühl, dass dies eine sehr private Sache ist, die ich auf keinen Fall tun könnte Antwort für Sie, aber ich bin sicher, dass wir versuchen werden, Ihnen dabei zu helfen, auf Ihre eigene Antwort hinzuarbeiten.

Ich weiß nicht, ob das für Sie irgendeinen Sinn ergibt, aber ich meine es ernst.

Nein, ich weiß es zu schätzen, dass du das sagst.

Du klingst, als ob du es ernst meinst.

Also, Pam, wie wählst du denn eigentlich selbst etwas aus, nicht wahr? Dadurch komme ich mir sehr unreif vor.

Das gefällt mir nicht, meine ich.

Ich wünschte, ich wäre erwachsen genug, reif genug, um meine Entscheidungen zu treffen und dabei zu bleiben, aber ich brauche jemanden, der mir weiterhilft, jemanden, der mich antreibt.

Ich schätze, man kann sich das nie selbst beibringen, bis ich, wenn ich jemand wäre oder erwachsen wäre, reif genug wäre, solche Dinge selbst zu entscheiden.

Rechts.

Und mehr Risiken eingehen.

Ich wünschte, ich würde mehr Risiken eingehen.

Ich wünschte, ich könnte einfach so sein und sagen: Wie auch immer die Kinder erwachsen werden, ich habe mein Bestes gegeben.

Ich musste diesen Konflikt nicht ständig haben.

Und ich möchte, dass ihr sagt, egal was ihr mich fragt, Kinder, ich habe euch zumindest die Wahrheit gesagt.

Es hat Ihnen vielleicht nicht gefallen, aber es ist die Wahrheit.

Das kann ich irgendwie bewundern.

Ich habe keinen Respekt vor Menschen, die lügen.

ich hasse es.

Sie sehen also, was für ein Doppelbaron ich bin, und ich hasse mich selbst, wenn ich schlecht bin, aber ich hasse mich auch, wenn ich lüge.

Es heißt also akzeptieren.

Ich möchte akzeptabler werden.

Ich schätze, deinem Tonfall nach zu urteilen, klingst du, als würdest du dich selbst mehr hassen, wenn du lügst, als wenn du es tust, wenn es um Verhaltensweisen geht, die du missbilligst.

Ich tue.

Ich tue.

Denn das hat mich wirklich gestört.

Das ist Pamela vor etwa einem Monat passiert und es kommt mir immer wieder in den Sinn.

Ich weiß nicht, ob ich zurückgehen und mit ihr darüber reden soll.

Oh, warte, vielleicht hat sie sogar vergessen, was sie mich gefragt hat.

Aber, äh, es ist einfach so.

Ich schätze, du hast es nicht vergessen.

Das habe ich nicht, nein.

Das habe ich nicht.

Ich möchte ihr zumindest sagen können, dass ich mich daran erinnere, gelogen zu haben, und es tut mir leid, dass deine Lüge mich in den Wahnsinn getrieben hat, weil ich es getan habe.

Ich weiß nicht.

Ich habe das Gefühl, dass das jetzt gelöst ist, und ich löse die Sache noch nicht einmal, aber ich fühle mich erleichtert.

Ich habe das Gefühl, dass du mir gesagt hast, dass du mir keine Ratschläge gibst, aber ich habe das Gefühl, dass du sagen wolltest, dass du wirklich wissen willst, was passiert, dass du Gloria folgen und ihr folgen willst.

Das ist es, was ich fühle, wenn ich dir zustimme.

Ja, ich weiß also nicht, was Sie denken, aber Sie können sehen, dass in der Art und Weise, wie Roger reagiert, nachdem Gloria gesprochen hat, viel Stille und Pause herrscht.

Und man sieht auch, dass es wirklich schwer ist, seine Sitzung auf nur ein paar Minuten zu verkürzen.

Ich ermutige Sie wirklich, hinauszugehen und selbst einen Blick auf die Sitzung zu werfen.

Aber Sie können von Anfang an sehen, dass Gloria mich gebeten hat, mir einfach meine Schuldgefühle zu nehmen, und dass ich mir dann Sorgen machen muss, dass Sie mir immer wieder das Gleiche sagen.

Und am Ende gibt es einen Moment des Nachdenkens, in dem sie nur darüber nachgedacht hat, was sie gesagt hat, einschließlich der Stimme ihrer Antwort.

Und das ist es.

Das ist alles, was sie brauchte.

Und wie sie sagte, du hast nichts getan, aber ich bin erleichtert.

Was denken die Leute? Danke, Leon, dass du gesagt hast, dass es wirklich wichtig ist, den Platz einzuhalten.

Ja, ich denke eigentlich, dass ich beeindruckt bin, dass Gloria geduldig genug war.

Ich wäre einfach aufgestanden und hätte Herrn Roger geschüttelt und gesagt: „Leben Sie noch?“.

Sind Sie noch da? Zeig mir etwas menschliches Gefühl.

Ja.

Oh, Eric.

Nun, ich denke, eine der Herausforderungen, vor denen wir hier stehen, besteht darin, dass Gloria in diesem Fall jemand ist, der Probleme hat, die nichts mit Ihnen in einer Organisation zu tun haben.

Wir sehen, dass die Probleme alle betreffen.

Vor allem, wenn er kein externer Coach ist, hat es gute und schlechte Dinge, wenn man extern ist, weißt du, vielleicht bist du weniger einflussreich, weil die Leute dich nicht kennen, dir nicht vertrauen, oder vielleicht vertrauen sie dir, dann den internen Coaches sind in die Kultur und in die aktuellen Probleme eingebettet und Teil des Problems.

Und das ist eine der Herausforderungen, die wir im Allgemeinen sehen. In diesem Fall ist dieses Video etwas neutraler gegenüber dem, was wir in einem Unternehmen erwarten können.

Und das ist meine Meinung.

Okay.

Okay.

Danke.

Vielen Dank für Ihre Zeit.

Tut das nächste.

Bevor Sie also fortfahren, denke ich, dass wir es getan haben.

Wenn.

Ja, bitte teilen Sie es mit uns.

Im Chat und am Ende kommen wir auch noch einmal auf die Fragen zurück.

Das nächste, was ich vorstellen werde, ist die von Alice vorgeschlagene Rational Immotive Behavioral Therapy.

Das ist wiederum ganz anders.

Die Flecken, die er vorgeschlagen hat.

Der Therapeut oder Coach oder die helfende Person wird in diesem Fall als Lehrer betrachtet, der dem Klienten den Denkprozess, wie er es nennt, beibringt.

Er glaubt, dass Menschen oft irrationale Überzeugungen haben, wie er es nennt.

Und aufgrund dieser irrationalen Überzeugungen reagieren wir emotional negativ.

Ganz einfach: Er denkt, Sie müssten nur Ihren Glauben ändern und ihn mit einem positiven Glauben bestreiten, dann würden alle Ihre Probleme gelöst sein.

So einfach ist das.

Sie waren also sehr richtungsweisend, was das Denken angeht, und brachten dem Klienten bei, wie man denkt.

Und er hat dieses ABCDE-Modell entwickelt, das manchmal auch einfach ABC-Modell genannt wird.

Wie gesagt, ein Ereignis, ein aktivierendes Ereignis, es könnte alles sein.

Es könnte ein Buschfeuer sein.

Es könnte sein, dass Sie zu spät zur Arbeit kamen.

Ihre Kinder weinen, oder Sie könnten Ihren Job verloren haben.

Die Veranstaltung selbst ist neutral.

Es ist Ihr ganz persönlicher Glaube.

Wenn Sie einen irrationalen Glauben haben, wird dies negative Konsequenzen haben.

Alles, was Sie tun müssen, ist, diesen irrationalen Glauben durch einen positiveren zu bestreiten.

Dann werden Sie eine neue Wirkung haben, die Ihnen neue Gefühle beschert.

Ganz einfach, oder? Um Ihnen ein bisschen mehr Beispiele zu geben.

Wenn jemand, das ist etwas in meiner Vergangenheit, wenn ich Führungskräfte coache, oft oder manchmal hörte ich Führungskräfte sagen: „Oh, das ist so eine stressige Position, Simon.“

Ich muss alle Entscheidungen für das Team treffen, weil ich Verantwortung trage.

Ich bin verantwortlich.

Und selbst wenn ich das nicht tue, wird mein Team mich als schwachen Anführer betrachten.

Wissen Sie, ein Hinweis darauf: Bedeutet das, dass Sie wirklich glauben, dass derjenige, der die Führung innehat, zu allem fähig sein muss? Sonst lohnt es sich nicht.

Als Anführer werden Sie keinen Wert haben.

Also helfe ich ihnen.

Ich möchte darauf hinweisen: Was halten Sie von diesen agilen Prinzipien? Wenn Sie das Prinzip der Motivation von Menschen wirklich verstehen, wenn Sie wirklich verstehen, dass Sie ihnen helfen müssen, ein selbstorganisierendes Team zu werden, wenn Sie wirklich über ein nachhaltiges Tempo nachdenken, über die Fähigkeit zu arbeiten und sich nicht in einen Engpass zu begeben, wie würdest du jetzt denken? Wie würden Sie darauf reagieren? Wenn Sie auf sie verweisen, ist dies Ihr Prozess, bei dem Sie möglicherweise einen Fehler gemacht haben.

Was werden Sie nun tun? Und ein weiteres Beispiel ist: Oh, wir müssen qualitativ hochwertige Dinge haben, bevor wir sie an den Kunden weitergeben.

Nun, warte.

Denken Sie etwa, dass es Ihnen peinlich sein wird, wenn Sie ein negatives Feedback erhalten, weil es Ihnen wirklich peinlich ist, wenn die Dinge nicht so verlaufen, wie Sie es sich wünschen?.

Aber wie sieht es mit dem Prinzip aus, funktionierende Software und ein funktionierendes Produkt als primären Maßstab zu haben und dies regelmäßig zu liefern?.

Wenn man das wirklich glaubt und versteht, scheint das widersprüchlich zu sein.

Sie weisen also noch einmal auf die Art und Weise hin, in der sie denken, was ihnen Probleme bereitet.

Ich werde das gleiche Beispiel im Three-Minus-Video spielen.

Dieses Mal erkundet Gloria also mit Albert, ob er den perfekten Mann auswählen kann, den sie wirklich begehrt.

Und man merkt, wie unterschiedlich die Art und Weise ist, wie Albert auf sie reagiert.

Ich weiß nicht, ob das im Zusammenhang mit dem steht, was Sie sagen, aber ich habe das Gefühl, dass ich dann misstrauisch werde.

Bin ich der Typ Frau, der nur diejenigen anspricht, die es sind?.

Ist das überhaupt nicht mein Typ? Stimmt etwas mit mir nicht? Werde ich nie den Mann finden, den ich mag? Ich scheine immer das andere zu bekommen.

Okay, jetzt kommen Sie näher zu dem, wovon ich spreche, denn Sie sagen wirklich: Wenn ich diese Art von Frau bin, die keiner dieser guten, geeigneten Männer ansprechen wird, dann wäre das schrecklich.

Ich würde nie bekommen, was ich will, und das wäre wirklich etwas Schreckliches.

Außerdem mag ich es nicht, so über mich selbst zu denken.

Ich möchte mich auf einen höheren Standard stellen.

Ich mag den Gedanken nicht, dass ich nur eine durchschnittliche Jane Doe bin.

Nehmen wir für das zweite Argument im Moment einfach an, dass das so wäre, dass Sie eine durchschnittliche Jane Doe wären.

Wäre das denn so schrecklich? Wäre es unbequem? Es wäre unangenehm? Du würdest es nicht wollen? Aber würden Sie ein Gefühl wie Schüchternheit, Verlegenheit oder Scham empfinden, wenn Sie nur glauben, dass ich vielleicht so enden werde wie Jane Doe? Ich weiß nicht.

Ich glaube nicht, dass das möglich ist, denn man müsste trotzdem ein guter Mensch sein.

Ich denke, du hast es gerade gesagt, und es wäre sehr schlimm. Es wäre schrecklich, ich wäre ein nichtsnutziger Nick, wenn ich es einfach tun würde.

Nun, ich würde nie bekommen, was ich will, wenn ich nur eine Jane Doe wäre und es akzeptieren müsste.

Ich würde nie bekommen, was ich will, und ich möchte nicht den Rest meines Lebens nur mit ekligen Männern verbringen. Nun, das ist zwangsläufig so, damit du nie meinst, deine Chancen würden sich verringern, weil wir einige eklige Mädchen kennen, die Holen Sie sich ein paar großartige Männer. Ja, sehen Sie, Sie verallgemeinern das. Sie sagen, es wäre wahrscheinlich, dass ich eine schwierigere Zeit haben würde.

Aber dann springst du dazu, deshalb würde ich nie alles bekommen. Du siehst das Katastrophale, zu dem du übergesprungen bist, ja, aber es fühlt sich für mich damals so an. Es kommt mir wie eine Ewigkeit vor. Das ist richtig. Aber ist das nicht ein Misstrauensbeweis gegen Sie ein wesentlicher Misstrauensbeweis? Ja, und das Misstrauen liegt daran, dass Sie etwas sagen, das ich nicht verpassen möchte. Sagen Sie, selbst wenn es so wäre, als würde ich in eine Arztpraxis gehen, um ein Gespräch mit ihm zu beginnen, weil er für mich attraktiv war? er hat mich angesprochen? Richtig, sogar beides, soweit ich ein persönliches Gespräch mit ihm beginne. Warum nicht, wenn er eine berechnete Person oder irgendeine berechnete Person ist? Nun, ich weiß, dass du das akzeptierst, aber das kommt mir furchtbar dreist vor. Ich nehme an, es ist dreist. Was hast du zu verlieren? Das Schlimmste, was du tun kannst, ist, dich abzulehnen, und du musst dich nicht ablehnen, wenn du in der Richtung gedacht hast, dass wir Ich habe ungefähr fünf Minuten geredet. Oh ja.

Können Sie das jetzt versuchen? Ich denke, ich denke schon. Es wird mir einen Spaß machen, rauszugehen und zu sehen, dass du Recht hast. Das ist alles, was ich tun kann, ist, richtig abgelehnt zu werden, und das bedeutet, dass du intakt bist. Es lässt dich einfach zurück.

Leider bekommen Sie im Moment nicht das, was Sie wollen. Danke, Eric, für den Hinweis. Ja.

Es ist sehr direkt und wenn man sich die ganze Sitzung anschaut, kann man fast sehen, wie sehr Gloria verwirrt ist und wie viel Energie darin steckt. Es ist mehr, das ist mehr Debatte, es sind mehr Fragen.

Das bedeutet auch, herausgefordert zu werden, wenn man herausgefordert wird. Ja, also denke ich, dass ich aus Zeitgründen weitermachen werde. Eine der Überlegungen zur Zusammenfassung, die ich gelernt habe, lautet: Wir haben herausgefunden, dass Carl Rogers vorgeschlagen hat, wie wichtig es ist, es nicht zu tun Hören Sie zu und verstehen Sie die Person und haben Sie diese Einstellung, diese bedingungslose positive Wertschätzung, auch wenn Sie es mit einer Person zu tun haben, die wirklich anders denkt. Als agiler Coach muss ich mich oft mit Führungskräften auseinandersetzen, die sogar mit diesen agilen Prinzipien nicht einverstanden sind, aber das ist in Ordnung, er Oder sie ist immer noch eine sehr erfolgreiche Führungskraft. Ich muss mir wirklich dabei helfen, Wege zu finden, die Person so zu halten und zu akzeptieren, wie sie ist. Aber Albert Ellis zufolge ist es sehr richtungsweisend Prozess Richtlinie über die Art und Weise, wie der Kunde denken soll, nicht Richtlinie über den Inhalt. Ihm oder ihr nicht zu sagen, was Sie tun sollten. Aber die Art und Weise, wie Sie denken, scheint etwas schief gelaufen zu sein. Ich kann sehen, dass das da schief gelaufen ist.

Was kannst du tun? Nun, das ist es, was ich Ihnen raten würde, es anders zu machen. Ja, das teile ich Ihnen mit. Vielen Dank, ich denke, ich habe es Ihnen jetzt mitgeteilt.

Danke, Simon. Danke, dass du uns einen Einblick gegeben hast.

wirklich zu abwechslungsreiche und interessante Perspektive Also.

Jetzt ist es an der Zeit, dass wir das, was wir gerade gelernt haben, in die Praxis umsetzen.

In kurzer Zeit werden wir ausbrechen und wahrscheinlich haben wir etwa 30 Minuten Breakout-Raum und Sie haben zwei Möglichkeiten. Sie werden also ausbrechen und Eric, wenn Sie die Leute in Dreiergruppen ausbrechen können.

Und darin würden wir Ihnen empfehlen: Sobald Sie in die Dreiergruppen einsteigen, sollten Sie herausfinden, wer der Coach sein wird, wer der Klient sein wird und wer der Beobachter sein wird. Hier haben Sie nun mehrere Optionen: Entweder Sie können nur eine oder zwei große Gesprächsrunden mit Coaching und Beobachtung durchführen, oder Sie können drei Runden zu je zehn Minuten absolvieren, in denen Sie abwechselnd Coach, Klient oder Beobachter werden. Innerhalb dieser zehn Minuten können Sie dann abwechselnd Coach, Klient oder Beobachter werden Minuten, acht Minuten, die Sie für das Coaching aufgewendet haben, und zwei Minuten nur für die Nachbesprechung Ihrer Erfahrungen und das Teilen des Wissens Kamera aus, damit der Coach und der Klient in ein Gespräch vertieft sind und der Coach und der Klient Sie haben Ihre Kameras an und Ihre Mikrofone an und sprechen über jedes Szenario, das Sie gerne machen würden. Und spielen Sie es in einer Rolle. Wir werden es nicht geben Ihnen ein bestimmtes Szenario.

Wählen Sie also bitte ein Szenario aus, durch das Sie gerne führen würden, und lassen Sie sich dazu coachen. Haben Sie noch letzte Fragen, bevor wir Sie in Dreiergruppen aufteilen.

Und wenn irgendetwas dazwischenkommt, bei dem Sie sich nicht sicher sind, und machen Sie sich Notizen, denke ich, Mann für neu, und ich werde im Hauptraum bleiben.

Und wenn ihr irgendwelche Fragen habt, die nicht weiterkommen, könnt ihr gerne wiederkommen.

Wenn ja, können wir Ihnen Hinweise und Hilfe geben. Ja, das werden wir tun. Danke, Simon.

Deshalb werde ich Eric bitten, uns in Dreier- und Teams aufzuteilen. Das ist ein bisschen empormal, sodass Sie sofort ausbrechen und manchmal auch sofort zurückkommen. So erfahren wir, wie viel Zeit Sie und Sie haben sind jetzt in 10 Sekunden in Bewegung. Hallo zusammen, willkommen zurück. Ich weiß, es fühlt sich an, als ob jemand einfach an deiner Kette reißt und dich zu uns allen zurückbringt.

Ich weiß, dass ich das erlebt habe. Wie war diese Erfahrung für jeden von euch? Was wir als Nächstes gerne tun würden, ist, dass ich einbringen werde, und hier werden wir als Gruppe ein umfassenderes Gespräch führen, bevor wir darauf eingehen alle brennenden Fragen, die es gibt.

Bevor wir in die Gruppe eintauchen und darüber sprechen, wie unsere Erfahrung war, möchte ich nur sagen, dass ich mich sehr wohl gefühlt habe Dieser Druck, ich bin eine sehr gute Sitzung mit meinem Trainer. Wundervoller Dank. Danke für diesen Anteil, das ist gut.

Ich habe ein Miro-Board eingebaut, also werde ich Sie alle darum bitten.

Wechseln Sie zum Miro-Board und lassen Sie uns, während wir das durchgehen, noch ein bisschen darüber reden.

Was waren Ihre Gedanken, und ich werde alle zu mir bringen. Was waren Ihre Gedanken und wann würden Sie angesichts dessen, was Sie gerade erlebt haben, mit Stil entscheiden? Ich weiß, dass es eine sehr kurze Sitzung ist. Wir hätten noch etwa eine weitere Stunde bleiben können, um uns einfach nur zu unterhalten.

Wie macht man diese Arbeit? Sag mir, schalte deine Kommentare ein, während wir schreiben, sprich mit mir. Sag mir, warum was jetzt an die Oberfläche kommt, während du etwas schreibst? Und wenn jemand Hilfe beim Miro-Board braucht, rufen Sie mich bitte an. Ich kann Schreiber werden oder wir können ein paar Dinge ausarbeiten. Während wir schreiben und Aufnahmen machen, würde jeder andere gerne seine Erfahrungen mit der Gruppe teilen. Ich liebe es Ich hatte Greg als Trainer in meiner Gruppe.

Es ist großartig, einen Vortrag halten zu können und dann auch noch ein kostenloses Coaching zu bekommen. Schön, schön. Haben Sie ihn also von seinem Stil abgebracht? Welcher ist für ihn ein direkterer Stil, um zum ungerichteten überzugehen? Ich denke, er hat beides in einer Sitzung trainiert. Schön. Was waren also die Highlights, die dabei herauskamen? Du hattest welche, ja, er hat mir zuerst zugehört und dann hat er mich auch wirklich gefragt, was ich wirklich an ihm schätze Ein paar Ideen auszutauschen und das ist hilfreich. Es hat mir geholfen, darüber nachzudenken, dass ich nicht unbedingt genau das tun werde, was Sie vorschlagen.

Aber er gab mir die Richtung, anders zu denken, und das war meiner Meinung nach das, was wirklich hilfreich war. Danke, danke fürs Teilen, ich werde wahrscheinlich nach dem Raum fragen, in dem ich dort war. Ich habe beschlossen, der Beobachter zu sein.

Nun, einer der zusätzlichen Beobachter, also hatten Carice und Leanne eine Sitzung. Würden Sie uns also gerne ein paar Gedanken über Ihre Erfahrungen mitteilen? Als Trainer war es für meinen natürlichen Stil interessant, nicht-direktiv zu sein und ständig zu versuchen, direktiv zu werden. War für mich ein Kampf und ich denke, auch Carice konnte sehen, dass sie gerne reflektierend sein würde, also so Weißt du, ich bin immer wieder in diesen Modus zurückgekehrt, und dann gibt es Zeiten, in denen ich denke, dass es einfach nur darum ging, ins Schwarze zu treffen. Man muss über diesen besonderen Aspekt nachdenken. Der Direktivenstil war also nützlich, aber ich würde es lieben Carices Gedanken zu hören Ja, ich denke, in diesem speziellen Rollenspiel hatte ich meiner Meinung nach eine Menge abzuladen, und deshalb hat es geholfen, wirkungsvolle Fragen zu stellen, um die Gedanken vor ihr ein wenig zu ordnen.

Ich habe eine kleine Weisung bekommen, damit sie mir helfen konnte, mich auf der Grundlage dessen, was ich gesagt habe, auf eine Richtung festzulegen. Es war also immer noch sehr wertschätzend. Ich glaube, ich habe es ihr ein wenig schwer gemacht, ihre Herausforderung zu meistern, die weisungsgebundene Person zu sein, die sie tut. t Normalerweise werde ich das tun, aber ich hatte das Gefühl, dass sie gut zuhörte und ich fühlte mich sehr wohl, als sie beide Sterne nutzte. Ich denke, das Timing war angemessen.

Wunderbar und ich weiß, dass wir ein wenig darüber gesprochen haben, bevor wir rausgezogen wurden. Es fühlt sich manchmal so an, als ob man als Trainer und Trainer mit der richtigen Einstellung an die Sache herangeht und es ist wie ein Tanz. Und manchmal muss man führen, manchmal muss man das tun als Coach geführt zu werden und mich dann in beide Stilrichtungen hineinzusetzen, und hier finde ich es toll, wie Make Mac darüber spricht. Seien Sie wirklich neutral und würden Sie gern Ihre Meinung hören. Teilen Sie Ihre Perspektive mit. Okay, machen Sie, wenn Sie Wenn du redest, bist du stumm, aber wir melden uns bei dir, Eric, du hattest eine Frage oder einen Kommentar.

Ja, zwei Dinge sind also sehr wichtig, da Sie wahrscheinlich wissen, dass Neurodiversität für den Unternehmensnutzen sehr wichtig ist, und es gibt so viele Gründe, die das erklären. Im Buch, insbesondere wenn Sie einer Marktveränderung ausgesetzt sind, einem großen Druck usw. ausgesetzt sind Als hyperaktiver Mensch habe ich mich mein ganzes Leben lang verbessert, aber ich halte mich ständig für einen hyperaktiven Menschen. Es fällt uns wirklich schwer, zuzuhören, und sie müssen etwas sein, das man ständig übt, und eine der Techniken, die ich sehr fand nützlich.

Weil Sie wissen, dass Sie sich mitten in einer Coaching-Sitzung befinden, und Sie haben das Gefühl, dass Sie sich mitten in einer Coaching-Sitzung befinden. Und Sie haben das Gefühl, dass Sie reden müssen, und das ist mächtiger als Sie. Und eines der einfachen Dinge, die man sagen kann Ich habe herausgefunden und es ein paar Mal erwähnt, dass es darum geht, ein Notizbuch zu benutzen, und jedes Mal, wenn man das Gefühl hat,

dass ich jetzt reden muss, nur um sich selbst zu zwingen, ein paar Notizen in diesem Notizbuch zu machen. Das ist sehr einfach, lässt aber Zeit, sich selbst zu regulieren Chemikalien in deinem Gehirn Ein paar Sekunden und ein paar Sekunden können einen Unterschied machen. Stell dir vor, ich habe jetzt Lust zu reden. Ich muss es diesem Kerl sagen. Ja, du musst es tun oder was auch immer.

Nehmen Sie sich einfach Notizen und machen Sie sich Notizen darüber, was diese Person gesagt hat. Das ist das Erste, und das Zweite, was meiner Meinung nach eine Herausforderung darstellt, besteht auch darin, nicht von einer Kritik abzuweichen. Wissen Sie, manchmal bitten die Leute Sie um einen Rat und dann Sie geraten in etwas Kritik. Und schließlich ist auch noch etwas Wichtiges bekannt: Gewaltfreie Kommunikation passt meiner Meinung nach hervorragend zu jeder dieser Techniken.

Ja, danke. Danke, Eric, für diesen Beitrag, und das ist einer der Größten.

Für mich ist es auch ein Lebensretter, nur Notizen zu machen, weil ich oft, wenn ich Erfahrungen habe, alles teilen wollte, bevor ich eine andere Perspektive höre, und wenn mich jemand unterbricht, dann höre ich auf zu teilen. Das waren einige meiner Reaktionen darauf. Also ICH.

Ein wirklich guter Tipp für uns alle. Ich weiß, dass die meisten Leute im Coaching-Bereich ihre Lieblingsnotizbücher haben, die sie überallhin mit sich herumtragen, sei es digital, sei es analog, so wunderbar. Eine letzte Mitteilung, bevor wir darauf zurückkommen die Gruppe.

Alles klar, alles klar, Simon, ich komme zurück und ich denke, das sind wir auch.

Ich denke, das ist es. Greg hat also ein paar Kommentare. Ja, mach weiter, Greg.

Ich komme nicht aus der Stummschaltung. Ja, du kannst dich jetzt hören. Ja, du kannst dich hören. Greg. Ja.

Okay, okay, es hat nur eine Weile gedauert, darüber nachzudenken. Einer der Gründe, warum ich den Break-Status und die Direktive gesetzt habe.

Wenn wir coachen, stecken die Leute oft in dieser einen Perspektive fest und deshalb brauchen wir eine Art Pausenzustand, um ihnen zu helfen, andere Perspektiven zu sehen, und ich glaube nicht, dass wir das indirektiv machen können. Danke dafür Teilen Sie diese Perspektive, Greg.

Das ist wirklich aufschlussreich. Ja, Eric.

Eines der Dinge, die Sie in solchen Fällen nutzen können, sind Spiele, denn Spiele sind wie eine imaginäre Zeit, in der man ein Spiel beginnt und beendet, und dann fühlen sich die Leute während des Spiels entspannter, und wenn man ein Spiel macht, ist das nicht der Fall Geist experimentiert mit verschiedenen Perspektiven.

Solange das Spiel einen Anfangsanfang und einen Endanfang hat und dies in der Anfangsänderung der Fall ist, nennen wir es Spielzeit. Während dieser Zeitspanne verhält sich Ihr Gehirn also anders.

Es bewirkt eine bessere Modulation bestimmter Hormone. Also eine oder vielleicht eine Option,.

Ich weiß nicht, vielleicht gibt es eine Option für Gregs Problem: Nun ja, es ist nicht Gregs Problem, sondern das Problem.

Was Greg erwähnte, ist die Verwendung von Spielen. Wo die Leute herkommen, experimentieren sie also mit einem anderen.

Der Verstand sagt, ein Spiel ist ein Spiel, aber dann musst du sicherstellen, dass du es zu Ende bringst.

Ja, ich denke, aus dem Studium des Endes der Therapie habe ich gelernt, dass man tatsächlich einfach durch Reflektieren, ich meine das Beispiel des Videoausschnitts, den ich herausgeschnitten habe, einfach reflektieren kann, was die Person gesagt hat. Sie kommen zu dem Moment, in dem sie ankommen Sie könnten ah.

Ja, ich weiß, was mein Problem jetzt ist. Wenn Sie davon gehört haben, wissen Sie, dass es noch extremer gehen muss.

Wenn Sie von sauberer Sprache gehört haben, ist das eine weitere Therapie, indem Sie von einer Person kommen, die denkt, dass Carl Wardzio immer noch zu direktiv war. Er teilt immer noch seine eigene Meinung.

Zu sehr, also hat er sich diese Reihe von Fragen ausgedacht, mit denen Sie Ihr Problem symbolisch besprochen haben.

Begriff: Beschreiben Sie mir nicht einmal, worum es geht. Sagen Sie mir, womit Sie das beschreiben würden.

ein Objekt oder eine Geschichte mit einer Erzählung, die völlig irrelevant ist, und man stellt einfach eine Frage und die Person wird sagen: „Oh ja, ich weiß jetzt, was mein Problem ist, vielen Dank.“

Ich denke also, das ist der starke Teil, wenn man wirklich zuhört, dann ja, das würde helfen, aber ja, es ist ja so, ich denke, dass jeder eine andere Erfahrung macht.

Wunderbar vielen Dank, danke, dass du das auch geteilt hast, Simon. Wenn du kannst, teile bitte die Folien.

Nochmals die paar Folien am Ende. Vielen Dank also an alle, die zusammengekommen sind.

Verbringen Sie Ihren Freitagabend oder Samstagmorgen mit uns, um diese Erfahrung aus verschiedenen Perspektiven kennenzulernen. Wir wollten nur, dass Sie diese Erfahrung fortsetzen. Wenn Sie das E-Book noch nicht haben, holen Sie sich das E-Book, es enthält eine Menge Inhalt Es gibt viele Modelle, die Sie erleben und teilen können, und wir können auch mit etwas zusätzlicher Unterstützung in HANA AI als unserem Experten für Unternehmensagilität und unserer weltweiten Community, die da sein wird, spielen. Kommen Sie doch bitte zu uns, hier ist die WhatsApp-Gruppe.

dass wir uns freuen würden, wenn Sie kommen und Teil einer Gruppe sein und einfach den Rest Ihres Tages genießen würden. Wir freuen uns wirklich über jeden von Ihnen, der sich die Zeit nimmt, mit uns Ihre Erkenntnisse zu teilen, und möchten uns wirklich bei jedem einzelnen von Ihnen dafür bedanken, dass Sie gelernt haben indem Sie Ihre Erfahrungen mit der Verletzlichkeit teilen, offen für das sind, was da ist, und ein großes Dankeschön an jeden einzelnen von Ihnen, der sich die Zeit für uns genommen hat. Damit beenden wir diese Veranstaltung und danken allen für Ihre Anwesenheit. Vielen Dank für Ihre Teilnahme Anwesenheit und Ihr Beitrag heute Danke, danke, Manthan, und vielen Dank an alle, die heute mitgemacht haben, wo auch immer.

Du bist in der Welt.