

## **Begleitungskonzept Alexander Pjorin Jenny**

Betrieblicher Mentor mit Eidg. Fachausweis

Dipl. Autogener Trainer IGM

Dipl. Systemsteller GGA

Dipl. Betriebswirtschaftler SGBS

Erwachsenenbildner SVEB

Supervisor

---

<u>1</u>	<u>EINLEITUNG</u>	<u>2</u>
<u>2</u>	<u>GRUNDLAGEN DER BEGLEITUNG</u>	<u>3</u>
2.1	BEGLEITUNGSVERSTÄNDNIS	3
2.2	MEIN MENSCHENBILD	4
2.3	THEORIEBEZUG	5
2.4	RAHMENBEDINGUNGEN	4
<u>3</u>	<u>METHODIK</u>	<u>7</u>
3.1	VORBEREITUNG	7
3.2	DURCHFÜHRUNG	7
3.3	ABSCHLUSS	8
3.4	REFLEXION / NACHBEARBEITUNG	8
3.5	DOSSIER FÜHRUNG	8
3.6	METHODIK «SETTING MIT KURSINTERVENTION»	9
<u>4</u>	<u>KOMMUNIKATION UND MARKETING</u>	<u>9</u>
4.1	QUELLEN- LITERATURVERZEICHNIS	11

*Für die einfachere Lesbarkeit verwende ich die männliche Schriftform.*

*Ich benenne die Bereiche „privat“ und „geschäftlich“ als zwei separate Bereiche. Ich vielen Fällen überschneiden sich die beiden Bereiche, beziehungsweise haben einen Einfluss aufeinander. Für mich steht der Klient, seine Entwicklung, sein Umfeld und die Lösung im Fokus – alles andere ist zweitrangig.*

## 1 Einleitung

---

Seit mehr als 18 Jahre begleite ich in selbstständiger Tätigkeit Unternehmen und Menschen als Mentor, Coach, Trainer, Therapeut, Supervisor und Berater auf ihrem beruflichen und privaten Lebensweg mit allen möglichen Anliegen.

Mein Begleitungskonzept beschreibt Grundlagen sowie das Vorgehen meiner Begleitung von Einzelpersonen im geschäftlichen und privaten Kontext bei Lern-, Veränderungs-, und Entwicklungsprozessen.

## 2 Grundlagen der Begleitung

---

### 2.1 Begleitungsverständnis

#### Meine Motivation

«Ich liebe Menschen»

Während den letzten 25 Jahren habe ich in verschiedenen Unternehmen als Führungskraft sowie als selbstständige Begleitperson Menschen auf ihrem beruflichen und privaten Lebensweg begleitet und gefördert. In dieser Zeit der Begegnungen mit Individuen aus verschiedenen Kulturen, lernte ich als Mensch immer mindestens gleich viel, wie meine Mitarbeiter und Klienten. Aus all diesen Erfahrungen wuchs ein tiefer Respekt vor anderen Menschen und die Motivation, Menschen direkt und nachhaltig für eine bestimmte Zeit auf ihrem persönlichen Weg zu begleiten.

#### Meine Definition

«Hilfe zur Selbsthilfe»

Jede Person, mag sie im Moment noch so viele problematische Lebenssituationen sehen und spüren, trägt die Ressourcen und die Fähigkeit für die nächsten Schritte und somit für seinen Erfolg in sich. Die Person ist wie ein Mensch im Wald, der vor lauter Bäume den Wald nicht mehr sieht. Über einen geführten Prozess leite ich den Klienten an, damit er mit seinen eigenen Ressourcen und seinen Fähigkeiten die Lösung finden und seine Schritte gehen kann.

#### Ziel

«Menschen zu mehr Lebensqualität verhelfen»

Menschen sind Individuen, die ganz eigene sowie persönliche Ziele und Anliegen haben und verfolgen. Als Begleitperson steht das Ziel des Klienten im Mittelpunkt. Ich ziele nicht, schon gar nicht definiere ich ein Ziel. Als Begleitperson unterstütze ich einen Menschen mit einem abgestimmten Prozess in seinem Tempo zu seiner Zielfindung und / oder seinem Ziel.

#### Zielpersonen

«Offene Menschen»

Das sind alle berufstätigen und privaten Personen mit Fragen oder Herausforderungen im Zusammenhang mit ihrer Tätigkeit in ihrem Unternehmen oder ihrem Privatleben. Durch meine langjährigen Führungserfahrungen in verschiedenen Unternehmen sowie meinen Ausbildungen, spreche ich sowohl Führungskräfte in Unternehmen wie auch den Menschen von gegenüber an. Ich spreche eine universelle Sprache mit viel Respekt – was zu einer Akzeptanz und einem gegenseitigen Verständnis führt.

#### Veränderung

«Die einzige Konstante ist die Veränderung»<sup>1</sup>

Die meisten Menschen in unserem Kulturkreis leben in einer Komfortzone und scheuen eine Veränderung, da sie Angst haben die Kontrolle zu verlieren. Herausforderungen und Komfortzone sind in meinem Verständnis gekoppelt. Als Begleitperson habe ich unter anderem die Aufgabe meinen Klienten bewusst zu machen, dass eine «Lösung» eines «Problems» zwangsläufig mit einer Veränderung einhergeht. Dabei lenke ich mit dem Prozess immer auf die Veränderung im Innen. Jede Veränderung fängt im Innen an, bevor eine Handlung im Aussen entsteht.

#### Themen

«Hier verfüge ich über viel Erfahrung und ein hohes Mass an Kompetenzen»

Die Themenbereiche für mich als Begleitperson sind mit Lern-, Veränderungs-, und Entwicklungsprozessen sehr breit gefächert. Ich habe mich im privaten Bereich auf Themen wie «Schlafen», «Angst», «zu viele Gedanken» sowie «Stress, Entspannung» spezialisiert. Bei Unternehmen steht die «Persönlichkeitsentwicklung» sowie «Leadership» oft im Zentrum. In erster Linie geht es um Themen der Selbst- und Sozial-Kompetenzen. Es handelt sich dabei um Themen, bei denen ich über fundierte Ausbildungen und Erfahrungen verfüge. Somit kann ich zu diesen Themen Klienten und Unternehmen optimal begleiten und unterstützen.

### Rollenverständnis

«Bin ich Mentor oder Berater?»

Als professionelle Begleitperson habe ich verschiedene Funktionen, welche ich bewusst wahrnehme.

Hier eine Unterteilung der wichtigsten Berufsbilder im Zusammenhang mit meinen Begleitungen:

<b>Rolle</b>	<b>Meine Definition</b>
Betrieblicher Mentor	Begleitet und unterstützt, damit der Klient seine Entwicklung im beruflichen Kontext machen kann.
Coach	Begleitet und unterstützt Menschen in ihren Ressourcen, damit sie im privaten und geschäftlichen Bereich ihre Entwicklung machen können.
Trainer	Trainiert / leitet eine Person / ein Team zu konkreten, wiederkehrenden Abläufen, Handlungen und Tätigkeiten an.
Berater	Gibt seine persönlichen und beobachteten Erfahrungen an seine Klienten direkt weiter.
Therapeut	Wendet beim Klienten eine Heilbehandlung oder eine Heilmethode an.
Supervisor	Unterstützt Einzelpersonen, Gruppen und Teams bei der Bewältigung ihrer Arbeitsaufgaben sowie der qualitativen Verbesserung der Berufsarbeit.

## 2.2 Mein Menschenbild

Wir können die Menschenbilder von Alfred Adler<sup>2</sup>, Carl Rogers<sup>3</sup>, Jesus<sup>4</sup>, Eckhart Tolle<sup>5</sup> oder von Steve de Shazer<sup>6</sup> nehmen und übereinanderlegen. Die wesentlichen Nenner habe ich ganz in mein Menschenbild, sei dies im privaten wie auch im geschäftlichen Bereich, übernommen.

Sie lauten: Respekt, Akzeptanz, Toleranz. Ich als Begleitperson und mein Klient sind auf derselben Augenhöhe. Als Menschen unterscheiden wir uns in erster Linie durch unsere Wahrnehmung, welche auf unseren Konditionierungen basieren. Ich akzeptiere jeden Menschen so wie er ist. Das bedeutet nicht, dass Menschen nicht bessere und schlechtere Qualitäten haben und ausleben. Es bedeutet, diese Qualitäten im jetzigen Moment als Begleitperson vollkommen zu akzeptieren. Durch diesen «Akt» der Annahme eröffne ich dem Klienten und mir neue und nachhaltige Lösungsmöglichkeiten. Nach meinen Erfahrungen können sich die allermeisten Menschen genau durch diesen Akt für eine Veränderung öffnen. Sie gehen dann in ihre Verantwortung und beginnen an sich zu arbeiten.

Durch mein Menschenbild und meine Interaktionen kann ich Menschen genau dort abholen und begleiten, wo sie im jetzigen Moment in ihrer Entwicklung, Weltanschauung, Religion oder spirituellen Suche stehen.

## 2.3 Rahmenbedingungen

Je nach Begleitungsauftrag gibt es verschiedene Rahmenbedingungen, welche von Bedeutung sind. Für mich als Begleitperson sind folgende Rahmenbedingungen Grundpfeiler einer Zusammenarbeit.

- Freiwilligkeit
- Selbstverantwortung
- Vertrauen
- Offenheit
- Diskretion

Die 5 Grundsätze ziehen sich wie ein roter Faden durch die Zusammenarbeit mit allen Personen.

## 2.4 Theoriebezug

Durch meine verschiedenen Aus- und Weiterbildungen habe ich sehr viele Theorien und Modelle kennen und schätzen gelernt, auf welchen ich meine Arbeit aufbaue. Ich führe hier 3 theoretische, grundlegende Modelle auf, welche mich prägten und ich in meinen Begleitungen grundsätzlich verfolge:

### Carl Rogers

Die personenzentrierte Theorie von Carl Rogers<sup>3</sup> steht für meine Grundhaltung als Begleitperson. Durch meine Kongruenz (Echtheit), meine Akzeptanz (bedingungslose Wertschätzung des Klienten) sowie meinem Einfühlungsvermögen (einführendes Verstehen), lege ich den Grundstein für eine erfolgreiche und nachhaltige Begleitung.

Als Essenz ist die «personenzentrierte Grundhaltung» nach Rogers für mich absolut elementar. Ohne diese Einstellung ist für mich eine nachhaltige und erfolgreiche Begleitung grundsätzlich nicht möglich. Im Raum meiner Coaching Präsenz lege ich eine sehr hohe Aufmerksamkeit auf die 3 Säulen von Rogers.

### Steve de Shazer

Die Lösungsfokussierung nach Steve De Shazer, auch lösungsorientierte Kurztherapie<sup>6</sup> oder lösungsfokussierte Kurztherapie genannt, bildet eine der Grundlagen meiner Gesprächsführung.

Als Fundament dieser Gesprächstherapie stehen 3 Grundsäulen<sup>3</sup>

1. Repariere nicht, was nicht kaputt ist
2. Finde heraus, was gut funktioniert und passt – und tue mehr davon
3. Wenn etwas trotz vieler Anstrengungen nicht gut genug funktioniert und passt – dann höre damit auf und versuche etwas anderes

Die sechs Merksätze zur lösungsfokussierten "Einfachheit"<sup>3</sup> lauten:

1. Lösungen statt Probleme: "Nicht das Problemverständnis vertiefen, sondern erkunden, wie es ist, wenn es besser ist."
2. Interaktion statt isolierter Individualität: "Unser Verhalten entwickelt sich in der Interaktion mit anderen. In der lösungsfokussierten Arbeit wird nicht über Meinungen, Glaubenssätze oder Werte diskutiert, sondern über beobachtbares Handeln."
3. Beachte und nutze das, was da ist - nicht das Fehlende: "Nicht die Lücke zwischen 'Ist' und 'Soll' ermitteln, sondern das, was - wenn auch nur selten - heute bereits etwas besser ist."
4. Die Chancen im Gestern, Heute und Morgen sehen: "Chancen in der Zukunft und im Heute zu überlegen, ist ein vertrauter Gedanke. Eher unüblich ist es, auch im 'Gestern' bewusst das zu erkunden, was sich früher bereits als Chance zeigte - um auch das zu nutzen."
5. Einfache Sprache: "Statt lange, komplizierte, abstrakte und beeindruckend klingende Worte einfache Alltagsworte benutzen."
6. Jede Situation als speziell sehen - keine schlecht passende allgemeine Theorie darüberstülpen: "Offen und neugierig sich jedes Mal von neuem positiv überraschen lassen."

Zur Verdeutlichung der Theorie von Steve de Shazer erzähle ich gerne die Geschichte vom halbvollen oder halbleeren Wasserglas. Die Essenz von De Shazer für mich als Begleitperson ist, dass ich mich auf die Ressourcen und die Lösungen fokussiere, weg von den Defiziten und Problemen. Bei diesem Modell handelt es sich um die «reine» Form von Coaching – der Klient trägt die Ressourcen und die Lösung in sich – ich stelle über einen Prozess den Rahmen und die Struktur zur Verfügung.

Kurt Lewin / Wolfgang Köhler

Die beiden Personen haben massgebend die Feldtheorie<sup>7</sup> geprägt und weiterentwickelt. Die Feldtheoretische Anschauung<sup>7</sup> geht davon aus, dass sich alle Menschen in einer Wechselbeziehung befinden. Die Theorie wurde mit verschiedenen wissenschaftlichen Methoden in der Physik sowie der Quantenphysik bewiesen<sup>8</sup>. So kann ein Phänomen nur in Zusammenhang mit seiner Umwelt betrachtet und eingeordnet werden. Menschen existieren immer als Teil von einem Umfeld und sind in dessen Wirkungsgefüge eingebunden. Der menschliche Organismus ist mit seiner Umwelt verwoben. Das Umfeld hat Auswirkungen auf die Wahrnehmung von allen Menschen.

Im gestaltorientierten Coaching<sup>7</sup> und in der systemischen Arbeit / systemischen Aufstellung bearbeite ich die Anliegen und Herausforderungen des Klienten immer im Zusammenhang mit seinem System und seiner Lebenssituation.

Die Theorie mit den hervorgegangenen Methoden eröffnet mir als Begleitperson und dem Klienten eine neue, zusätzliche Dimension der Betrachtung. Sie bindet das Umfeld immer ein und zeigt somit eine ganzheitliche Struktur auf, was eine persönliche Veränderung des Klienten vereinfacht.

## 3 Methodik

---

Bei der Methodik können wir zwei grundsätzliche Arten von Begleitungen unterscheiden:

1. Eine Prozessbegleitung
2. Ein Setting mit einer Kurzintervention

Bei einer *Prozessbegleitung* handelt es sich um einen geplanten Zeitraum von Begleitungen, um auf ein konkretes Ziel hinzuarbeiten. Bsp. Eine Führungsperson wird auf eine neue, höhere Funktion vorbereitet und begleitet.

Bei einem *Setting mit einer Kurzintervention* geht es darum, den Klienten zu einem aktuellen, ganz konkreten Anliegen zu unterstützen. Bsp: ein Konflikt mit einer privaten oder geschäftlichen Person. Bei dieser Art von Begleitung ist das Setting einmalig (oder wenige Male) und ist nach der jeweiligen Sitzung abgeschlossen.

Grundsätzlich kann bei beiden Arten das methodische Vorgehen in 4 Phasen eingeteilt werden:

1. Die Vorbereitung
2. Die eigentliche Durchführung der Begleitung
3. Der Abschluss
4. Die Nachbearbeitung

### 3.1 Vorbereitung

#### 1. Gespräch

Das erste Gespräch ist für den Auftraggeber / Klienten und für mich als Begleitperson von sehr grosser Bedeutung. Ich führe dieses Gespräch kostenfrei. In einem ersten Schritt geht es mir darum, Vertrauen und Empathie aufzubauen. Dabei spreche ich insbesondere über die Freiwilligkeit meines möglichen Klienten, da sie der Grundstein und der Garant für ein effizientes und nachhaltiges Vorankommen darstellt. Erst dann geht es mir darum, einen Auftrag entgegenzunehmen. Grundsätzlich kläre ich in diesem Gespräch immer das Ziel, das Bedürfnis und die Erwartungen ab. Preis und mögliche Zeitdauer werden abgesprochen und klar kommuniziert.

### 3.2 Durchführung

#### Ab dem 2. Gespräch

Die Durchführung kann in den meisten Fällen wiederum in 3 Phasen unterteilt werden.

#### *Abklärungen / Vorbereitungsphase:*

In dieser Phase geht es darum, mit dem Klienten eine Auslegeordnung zu erarbeiten. Was sind die Ziele? Was sind die eventuellen Herausforderungen? Welche Methoden setzen wir ein, um das Ziel zu erreichen? Dabei kann es hilfreich sein, mit Bildern zu arbeiten. Ein Beispiel für ein geschäftliches Ziel: «Ich muss geschäftlich für ein sehr wichtiges Meeting nach Rom» - privat: «Ich kann vor lauter Arbeit nicht mehr schlafen».

#### *Vertiefung / Lösungsfindungsphase / Grober Plan:*

Nachdem wir das Ziel definiert haben, gehen wir eine Stufe tiefer und definieren den Weg – wir erarbeiten, wie der Klient das Ziel konkret erreichen will. Beispiel mit einem geschäftlichen Bild: «Ich fliege mit dem Flugzeug nach Rom» - privat: «Ich will eine Technik / Methode, damit ich wieder gut schlafen kann».

#### *Erste Schritte / Umsetzungsphase:*

Nun geht es darum, wie der Klient das Ziel und den Weg zum Ziel umsetzt. Beispiel geschäftlich mit einem Bild: «Ich erkundige mich in einem Reisebüro oder im Internet, wann zu einem fairen Preis ein Flugzeug von Zürich nach Rom fliegt». Dann plant der Klient und setzt die konkreten Schritte um. Beispiel für

ein Bild: «Ich buche den Flug am 1. November, buche für 2 Tage ein Hotel und fliege nach Rom» - privat: «Der Klient lernt das Autogene Training, damit er seine Gedanken und Emotionen gut verarbeitet und somit wieder gut schlafen kann».

Mit diesen Bildern verdeutliche ich dem Klienten, dass es kein besser oder schlechter, kein richtig oder falsch gibt. Wir können geschäftlich auch mit dem Auto oder dem Zug nach Rom fahren – privat Klopf-techniken einsetzen oder den Tagesplan vertieft strukturieren. Die Essenz der Begleitung ist: Du bist der Mittelpunkt und du entscheidest dich bewusst für einen Ort, Weg, Methode oder Vorgehen – und du trägst dafür die Verantwortung. Es öffnet beim Klienten den Horizont, dass er entscheiden kann – und dadurch mit Freude und Enthusiasmus sein Ziel und seinen Weg verfolgt.

### *Ziele und Validierung*

Die Prozessbegleitung / die Durchführung wird regelmässig überprüft und allenfalls angeglichen. Es folgt eine kurze Evaluation der Begleitung und verbindliche, nächste Schritte werden vereinbart. Die Zielsetzung und Validierung werden von Sitzung zu Sitzung gemacht, bis die Begleitung abgeschlossen ist.

## 3.3 Abschluss

### Abschlussgespräch

Am Schluss ist es wichtig, den Prozess noch einmal zusammen zu fassen und zu reflektieren, insbesondere in Bezug auf die Ziele und Erwartungen. In der Bildsprache: «Bin ich rechtzeitig in Rom angekommen?» «Wie war meine Zeit in Rom?» «Wie gehe ich mit der Erfahrung vom wichtigen Geschäftsmeeting in Rom um?» - «Auf welcher Skala ist nun meine Schlafqualität?» «Wie sieht meine Arbeit und meine Tagesstruktur aus?» usw.

## 3.4 Reflexion / Nachbearbeitung

Es ist für mich als Begleitperson, wie auch für ein mögliches Erstellen von Dossiers wichtig, meine Tätigkeit zu Reflektieren und allenfalls zusammen zu fassen. Ich mache grundsätzlich immer nach jedem Setting für mich eine persönliche Reflexion.

## 3.5 Dossier Führung

Im privaten Bereich führe ich keine Dossiers. Im geschäftlichen Bereich erstelle ich in Absprache mit dem Klienten / dem Auftraggeber ein Dossier. Bei einem Dossier kläre ich im Vorfeld ab, wer allenfalls das Dossier lesen darf oder es zur Verfügung gestellt bekommt.

Ein Dossier kann wie folgt aussehen:

- Kundenblatt mit den persönlichen Angaben des Klienten
- Unterzeichneter Begleitvertrag mit den detaillierten Angaben
- Verlauf pro Sitzung, alle Notizen und Protokolle
- Zwischenberichte und Berichte an den Auftraggeber
- Abschlussdokumente
- Kundenzufriedenheits-Fragebogen als Qualitätssicherung

### Datenschutz

Alle Informationen in Bezug auf die Personen und das Unternehmen unterstehen der Geheimhaltung. Alle Dokumente und Aufzeichnungen werden entsprechend den allgemeinen Datenschutzrichtlinien während 5 Jahren aufbewahrt.



### 3.6 Methodik «Setting mit Kurzintervention»

Die *Prozessbegleitung* von 3.1 bis 3.5 kann auch vereinfacht als *Setting mit einer Kurzintervention* oder als *einzelner Prozessschritt* eingesetzt werden.

Dann sehen die verschiedenen Phasen chronologisch wie folgt aus:

1. Vorbereitung / 2. Einstieg / 3. Auftragsklärung / 4. Intervention / 5. Transfer / 6. Abschluss / 7. Nachbearbeitung.

Bei der Durchführung der Begleitung kann ich auf eine Vielfalt von Methoden und Tools zugreifen, welche ich in den letzten 20 Jahren gelernt habe. Unten aufgeführt befindet sich ein kleiner Ausschnitt mit möglichen Einsatzgebieten:

<b>Intervention / Methode / Tool</b>	<b>Einsatzgebiete</b>
Autogenes Training	Entspannung, Stress, Burnout, Ängste, Depression.
Das innere Team	Der Klient hat zu viele Gedanken.
Systemstellen / Familienstellen	Dem Klienten neue Sichtweisen ermöglichen.
Coaching Fragen / Hypothetische Frage / Wunderfrage	Der Klient ist in einer Situation festgefahren.
Gegenstände	Bei Defiziten zur Regulation, bei Ressourcen als Reminder und Hilfestellung.
Skalierung	Problem / Ziel Definition in der Prozessführung.
Ressourcenrad	Hilfestellung und Einladung zu einer allgemeinen Veränderung.
Tagebuch	Etablierung der Erkenntnisse des Klienten in seinem Leben.
Innere Reise	Dient als Anker um Ressourcen abzurufen.
Der leere Stuhl	Dient der Wahrnehmung der anderen, involvierten Personen.
Rollenanalyse	Vorbereitung auf eine neue Hierarchiestufe.
Klopftchniken	Um den Körper einzubinden.

Welche Intervention ich einsetze, ist sekundär und wird mit dem Klienten immer abgesprochen. Der elementare Punkt ist immer, dass der Klient im Setting einen Schritt weiterkommt und für seinen nächsten Schritt im Leben Hilfsmittel und Techniken zur Hand hat. Nur so kann ich sicherstellen, dass sich die Situation des Kunden nachhaltig verändert und verbessert.

## 4 Kommunikation und Marketing

---

Als selbständige Begleitperson kommuniziere ich über verschiedene Webseiten, da sich meine Geschäftsfelder und Kompetenzen sehr stark unterscheiden:

[www.ap-consulting.ch](http://www.ap-consulting.ch)

Hier handelt es sich um Tätigkeiten in Bezug auf Unternehmen, insbesondere den geschäftlichen Bereichen. Sehr oft stehen die Persönlichkeitsentwicklung von Mitarbeitern aller Hierarchiestufen, das Thema Stress, Leadership sowie Team-Events im Zentrum meiner Tätigkeiten.

[www.mental4you.com](http://www.mental4you.com)

Hier spreche ich vor allem private Kunden sowie die Pathologie an. Im Zentrum steht alles, um das Thema Stress, das Autogene Training, Ängste, Herausforderungen mit dem Schlafen und zu viele Gedanken.

Als Ergänzung betreibe ich verschiedene Online-Plattformen wie: LinkedIn, Sanasearch, Facebook, VPT, SCA usw. In diesen digitalen Medien verfolge ich eine offene und transparente Kommunikation, um meine verschiedenen Berufsbilder weiterzuentwickeln und bekannter zu machen.

Mein Geschäftsmodell funktioniert in erster Linie über Beziehungen und Vertrauen. In diesem Sinne ist mir das Vertrauen meiner bestehenden und künftigen Klienten wichtiger als der heutige Umsatz. Ein weiterer persönlich wichtiger Punkt ist die transparente Kommunikation zu meinem Honorar. Ich verkaufe meine Dienstleistungen immer in Form von *Lebenszeit* mit einem Stundenansatz. Es spielt dabei keine Rolle, ob ich zuhause eine E-Mail schreibe, im Auto sitze, ein Strategie-Meeting in einem Unternehmen leite oder ein Coaching online durchführe. Ich schaffe immer eine 100%ige Transparenz.

Unterscheidungsmerkmal – warum Sie gerade mich engagieren:

Meine langjährige Berufserfahrung auf allen Hierarchiestufen, das direkte Führen von 3 KMU's in Kombination mit meinen Ausbildungen im Bereich der individuellen Persönlichkeitsentwicklung, machen meine Dienstleistung als Begleitperson im geschäftlichen und privaten Bereich einzigartig.

#### 4.1 Quellen- Literaturverzeichnis

<sup>1</sup> Heraklit Online, 06.05.2018, [www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org), Zitate

<sup>2</sup> Alfred Adler Online, 06.05.2018, [www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org), Werk: «Menschenkenntnis»

<sup>3</sup> Carl Rogers Online, 06.05.2018, [www.carlrogers.de](http://www.carlrogers.de), Literaturverzeichnis: «Die Grundhaltungen der Personen zentrierten Gesprächstherapie»

<sup>4</sup> Jesus Online, 06.05.2018, [www.jesus.ch](http://www.jesus.ch), Recht und Unrecht: «Kein Urteil über andere»

<sup>5</sup> Eckhart Tolle Online, 06.05.2018, [www.zitatezumnachdenken.com](http://www.zitatezumnachdenken.com), Eckhart Tolle, Zitate

<sup>6</sup> Steve de Shazer Online, [www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org), Grundprinzipien: «lösungsorientierte Kurztherapie»

<sup>7</sup> Lippmann, (3. Auflage 2013), *Coaching* S. 69 und 70, «Feldtheoretische Anschauungen»

<sup>8</sup> Wissenschaft Online, 05.03.2018, [www.wissenschaft.de](http://www.wissenschaft.de), Nobelpreis für Physik 2004: „Was die Quarks zusammenhält“