

RESSOURCEN

Was in uns steckt, ist oft mehr als wir denken. Und meist mehr als wir nutzen.

Im Coaching bezeichnet man als Ressourcen die oft unbewussten Talente, Neigungen und inneren Potenziale eines Menschen. Der Fokus liegt nicht auf Defiziten, sondern auf dem, was bereits funktioniert hat. Gemeinsam mit dem Coach erinnert sich der Coachee an frühere Erfolge in ähnlichen Situationen – und aktiviert diese Stärken erneut. Der Grundgedanke ist einfach: Wer an der Entstehung eines Problems beteiligt war, hat auch das Potenzial, es zu lösen – mit seinen eigenen Ressourcen.

Ressourcen sind nicht nur Werkzeuge zur Problemlösung. Sie sind Ausdruck unseres individuellen Stils – wie wir denken, fühlen und handeln. Damit sind wir beim Konzept der Stärken: Verhaltensweisen, auf die wir intuitiv zurückgreifen. Eine empathische Verkäuferin gewinnt Kunden durch Einfühlungsvermögen, ein anderer durch souveräne Rhetorik. Beide nutzen ihre persönlichen Stärken – und nehmen sie dabei oft als selbstverständlich wahr.

Coaching hilft, diese Stärken sichtbar zu machen – und gezielt zu nutzen.

Artikel zu Ressourcen (sämtliche Artikel)

- Ja, es geht um Hokuspokus-Stärken
- Verbiegen Sie sich nicht – aber passen Sie Ihr Verhalten an!