

# Coaching mit NLP

mit Stephan Landsiedel

# Inhaltsverzeichnis

## **Coaching mit NLP**

In diesem Smeeting stelle eine klare Struktur vor, mit der man jedes Coaching gestalten kann. Darüber hinaus möchte ich Besonderheiten beim Coaching mit NLP aufzeigen und mein eigenes Verständnis von Coaching erläutern.

In diesem Smeeting lernst Du:

- das Coaching-Struktur-Modell
- wie NLP im Coaching eingesetzt werden kann
- prozessorientiert und inhaltsfrei zu arbeiten
- wann welches NLP-Tool am besten eingesetzt wird



# Wer ist Stephan Landsiedel?

Jahrgang 1973

Diplom-Psychologe

NLP-Trainer seit 1998

Buchautor seit 1998

Weitere Titel:

NLP-Trainer, DVNLP

NLP-Trainer, International NLP Trainer Association

NLP-Business-Trainer, INLPTA

NLP-Master-Trainer, International Association of NLP-Institutes

Kunden: EZB, HP, Sparkasse, Opel uvm.



# Einstiegsfragen

Wer arbeitet als Coach?

Welche NLP-Ausbildung hast Du?

- 1 Practitioner
- 2 Master
- 3 Trainer
- 4 Coach

In welchem Bereich coachst Du? oder  
Wer ist Deine Zielgruppe?



# Coaching-Struktur-Modell

## Überblick

Schritt 1: Rapport herstellen

Schritt 2: Konsequente Zielorientierung

Schritt 3: Ressourcen organisieren

Schritt 4: Öko-Check

Schritt 5: Future Pace



# Coaching-Struktur-Modell: Schritt 1

## Schritt 1: Rapport herstellen

Erzeuge ...eine positive Beziehungsebene  
...ein Klima gegenseitiger Wertschätzung

Wo befindet sich der Andere jetzt?

Wie ist sein Modell der Welt?

Was sind seine Bedürfnisse?



# Coaching-Struktur-Modell: Schritt 2

## Schritt 2: Konsequente Zielorientierung

Erfrage wohlgeformte Ziele

Erforsche die innere Landkarte

Was ist Dein Ziel?

Woran wirst Du merken, wenn Du es erreicht hast?

Bei Negationen: „Was statt dessen?“

Wie wird es sein, wenn Du Dein Problem gelöst hast?



# Coaching-Struktur-Modell: Schritt 3

## Schritt 3: Ressourcen organisieren

Entwickle eine Strategie

Helfe dem Anderen, seine Ressourcen zu aktivieren

Was brauchst Du, um Dein Ziel zu erreichen?

Wie kannst Du bekommen was Du brauchst?

Wer oder was kann Dir dabei helfen?



# Coaching-Struktur-Modell: Schritt 4

## Schritt 4: Ökologie-Check

Überprüfe die Lösung durch kritische Fragen

Integriere mögliche Einwände in den Zukunftsentwurf

Gibt es noch irgendwelche Einwände?

Welche Risiken sind im Spiel?

Was ist der Preis für Ihr Vorhaben?



# Coaching-Struktur-Modell: Schritt 5

## Schritt 5: Future-Pace

Werfe einen Anker in die Zukunft

Setze Termine für konkrete Handlungsschritte

Was genau tust Du wann und wo?

In welcher Reihenfolge?

Was tust Du als Erstes?



# SCORE-Modell

- Das SCORE-Modell wurde von Robert Dilts als Strukturhilfe für den psychologischen Berater und seinen Klienten entwickelt.
- Es entsteht keine einseitige Schiefelage zugunsten des Problems. Mit dem SCORE-Modell findet der Coach die nötigen Informationen und organisiert sie in einer sinnvollen Reihenfolge. So kann er den Klienten effektiv bei seinem Wunsch nach Veränderung unterstützen.
- Abgesehen von Beratungs- oder Therapiegesprächen/ Coachings kann das SCORE Modell, adaptiert auf andere Problemlösungsprozesse, Präsentationen oder zielgerichtete Gespräche, ebenfalls sehr gute Dienste leisten.

# SCORE-Modell

Das SCORE-Modell umfasst fünf Schritte:

S.C.O.R.E (engl. „Wert“) steht für:

<b>Symptoms</b>	=	<b>Symptome</b>
<b>Causes</b>	=	<b>Ursachen</b>
<b>Outcomes</b>	=	<b>Ziele</b>
<b>Ressources</b>	=	<b>Lösungen und Hilfsmittel</b>
<b>Effects</b>	=	<b>Auswirkungen</b>



# SCORE-Modell

S.C.O.R.E.:	Symptom	Cause	Outcome	Resource	Effect
Beschreibung:	Istzustand (Gegenwart)	Ursache (Vergangenheit)	Ziel (Zukunft)	Ressourcen (von S nach O)	Vision/ MetaZiel (Zukunft)
Aussage:	Jetzt...	...weil...	...wollen...	...mit...	...um...
Frage:	Wie geht es Dir? Wo stehst Du heute?	Was ist der Grund?	Was möchtest du? Was ist dein Ziel?	Was brauchst du dafür? Welche Unterstützung hättest Du gern?	Wie wird es sein, wenn Du Dein Ziel erreicht hast?

(aus: [www.nlpedia.de](http://www.nlpedia.de))



# SCORE-Modell: Symptome

- Symptome sind in der Regel am deutlichsten sichtbar
- Durch verständnisvolle Fragen (Meta-Modell) möglichst konkretes Erfassen des Problems

## SCORE-Modell: Causes

- Was hat zur Entstehung des Problems geführt?
- Was bewirkt die Aufrechterhaltung?
- Oft gibt es verborgene Ursachen
- Was ist die Ursachenzuschreibung des Klienten?



# SCORE-Modell: Outcome

- Erwünschte Zielzustände (Zieldefinition)
- Vorstellung vom Ziel in sich erschaffen
- „Ziele sind wichtiger als Probleme.“

# SCORE-Modell: Resources

- Ressourcen sind Elemente, mit denen man die Ursachen der Symptome beseitigen kann
- Lösungsoptionen sammeln, sortieren, gewichten
- Fokussierung auf die eigenen Ressourcen
- Zugang zu den eigenen Ressourcen herstellen



# SCORE-Modell: Effects

- Reflexion über die langfristigen Konsequenzen
- Positive Wirkungen schaffen Motivation.
- Negative Wirkungen können Widerstand erzeugen.
- Ökologie-Check



# SCORE-Modell: Welche NLP-Technik zu welchem Thema?

<b>Technik</b>	1-2-3-Wahrnehmungsposition
<b>Symptom</b>	Interpersoneller Konflikt; eine Person kommt ins Coaching
<b>Ursache</b>	wechselseitiges Unverständnis
<b>Ressource</b>	Wissen um den anderen und seine Situation sowie Gefühle
<b>Ziel</b>	Verständnis schaffen
<b>Effekt</b>	Versöhnung; anderer Umgang mit der Situation

# SCORE-Modell: Welche NLP-Technik zu welchem Thema?

<b>Technik</b>	Teile verhandeln
<b>Symptom</b>	Innerer Konflikt; „2 Seelen wohnen ach in meiner Brust“
<b>Ursache</b>	Verschiedene Teile arbeiten gegeneinander
<b>Ressource</b>	Kommunikation und Wertschätzung der Teile
<b>Ziel</b>	Ergänzung der Teile und Zusammenarbeit
<b>Effekt</b>	Ganzheitliches Handeln

# SCORE-Modell: Welche NLP-Technik zu welchem Thema?

**Technik**

Anker verschmelzen

**Symptom**

Behindernde Erfahrung (K-)

**Ursache**

Kein Zugang zu Ressourcen

**Ressource**

Positive Erfahrung

**Ziel**

Ressource K+ in der Problemsituation erleben

**Effekt**

Auflösung des negativen Ankers;  
Lebendigkeit



# SCORE-Modell: Welche NLP-Technik zu welchem Thema?

**Technik**

6-Schritte Reframing

**Symptom**

Unerwünschtes Verhalten,  
körperliche Symptome

**Ursache**

Teil mit positiver Absicht und  
unangemessenen Verhalten

**Ressource**

Kreativen Teil einbeziehen und neue  
Verhaltensmöglichkeiten finden

**Ziel**

Neue Wahlmöglichkeiten

**Effekt**

Gute Absicht und neues Verhalten



# SCORE-Modell: Welche NLP-Technik zu welchem Thema?

**Technik**

Meta-Modell

**Symptom**

Diffuse Problembeschreibung

**Ursache**

Tilgung, Generalisierung, Verzerrung

**Ressource**

Rückgewinnung der relevanten  
Erfahrungen durch gute Fragen

**Ziel**

Klarheit, Verstehen

**Effekt**

Problemlösung



## smile2 - Seminare

### Live-Seminare über das Internet

kostenlos mit Stephan Landsiedel

- 20.01.2011 NLP-Starter (20-21 Uhr)
- 22.02.2011 Coaching mit NLP (20-21 Uhr)
- 22.03.2011 Verkaufen mit NLP (20-21 Uhr)
- 19.04.2011 Gelungene Partnerschaft dank NLP (20-21 Uhr)
- 24.05.2011 NLP und Sport (20-21 Uhr)
- 07.06.2011 NLP-Ausbildungssystem (20-21 Uhr)
- 05.07.2011 Flirten mit NLP (20-21 Uhr)
- 20.09.2011 Kritik am NLP (20-21 Uhr)



Nächstes Smeeting in der Profi-Reihe:

03.03.2011 - Das State-Management-Modell

# Standorte von LNLPT



- Berlin
- Hamburg
- München
- Stuttgart
- Frankfurt
- Mainz/Wiesbaden
- Würzburg/Wiesentheid
- Köln/Üxheim
- Freiburg
- Innsbruck/Tirol

# Das Trainer-Team



Stephan  
Landsiedel



Clemens Groß



Franz Josef  
Klar



Alexander  
Gleisberg-Alm.



Andreas Scholl



Thomas  
Rachbauer



Robert  
Crnkovic



Carlos Salgado



Stefan Heller



Evi Anderson-  
Krug



Stefie Rapp



Martina Grass



Martin Zwick



Andreas  
Tronnier



Anja Gnägy-  
Auweiler



Gudrun  
Reinschmidt



Richard Krebs



# Erfolgsforum startet im Februar

## Erfolgspaket 2011

- Über 100 Stunden Weiterbildung
- Vier Top-Seminare
- 30 Online-Webinare
- Jahresbezug „Jetzt Erfolgreich!“
- Umfangreiches E-Mail-Coaching

Tagesseminare ab 38,- € inkl. MwSt.  
In Hamburg, Köln, Frankfurt, Nürnberg, Würzburg



## Tagesseminare



Cemal Osmanovic

### Lebensziele - Bausteine der Zukunft

Neun von zehn Menschen haben keine schriftlichen Ziele.



Katharina Maehrlein

### Ausdruck m(M)acht

Workshop für mehr Anerkennung, Akzeptanz, Erfolg und persönliche Souveränität.



Stephan Landsiedel

### Mit NLP auf der Suche nach Spitzenleistung

Entfessele Deine Leidenschaft, um powervoll, engagiert und herausragend zu leben.



Carlos Salgado

### Starke Persönlichkeit - starke Beziehungen

Entdecke die Geheimnisse erfolgreicher Beziehungen und gestalte sie.

Jedes Seminar kann einzeln für 38,- € gebucht werden.  
Gerne erstellen wir auch Geschenkgutscheine.

## Termine 2011

### Hamburg

- 05.03. Lebensziele – Bausteine der Zukunft
- 19.06. Mit NLP auf der Suche nach Spitzenleistung
- 27.08. Starke Persönlichkeit – starke Beziehungen
- 08.10. Ausdruck (m)Macht Eindruck

### Köln

- 26.02. Mit NLP auf der Suche nach Spitzenleistung
- 18.06. Starke Persönlichkeit – starke Beziehungen
- 16.07. Lebensziele – Bausteine der Zukunft
- 22.10. Ausdruck (m)Macht Eindruck

### Frankfurt

- 27.02. Mit NLP auf der Suche nach Spitzenleistung
- 29.05. Lebensziele – Bausteine der Zukunft
- 03.09. Ausdruck (m)Macht Eindruck
- 19.11. Starke Persönlichkeit – starke Beziehungen

### Nürnberg

- 12.02. Starke Persönlichkeit – starke Beziehungen
- 28.05. Lebensziele – Bausteine der Zukunft
- 13.08. Ausdruck (m)Macht Eindruck
- 26.11. Mit NLP auf der Suche nach Spitzenleistung

### Würzburg

- 13.02. Starke Persönlichkeit – starke Beziehungen
- 07.05. Ausdruck (m)Macht Eindruck
- 10.09. Mit NLP auf der Suche nach Spitzenleistung
- 03.12. Lebensziele – Bausteine der Zukunft



**Landsiedel**  
NLP Training

# NLP in a Week

**NLP** in a **WEEK**  
8 Tage = 280,- €

## NLP in einer Woche lernen

Seit mehr als 10 Jahren bieten wir qualitativ hochwertige NLP-Ausbildungen zum Practitioner, Master, Trainer und Coach (in jeweils 20 Tagen und kleinen Gruppen) im unteren Preissegment an. Immer stärker ist die Nachfrage geworden nach einem kürzeren NLP-Programm, das schneller und noch günstiger ist. Jetzt ist es da: NLP in a Week. Erlebe hochkarätiges NLP in unterhaltsamer intensiver Form an acht aufeinanderfolgenden Tagen, die einen nachhaltigen Eindruck in Deinem Leben hinterlassen werden. Erlebe großes Kino zu kleinen Preisen.

### » Aktuelle Inhalte

Neuere Entwicklungen inner- und außerhalb von NLP

### » Kompakt und intensiv

Acht Tage hintereinander mit ca. 75 Stunden Training

### » Erfahrener Trainer

Stephan Landsiedel hat bereits über 2000 NLP-Tage erfolgreich durchgeführt.

### » Ganz viel Spaß!

NLP erleben und leben. Wir werden ganz viel Spaß und Freude haben.

### » Fantastisches Bonusprogramm

Flirtseminar, Leadership-Skills, Graves Modell, Karrierestrategie uvm.

### » Freizeitgestaltung

Gemeinsame Aktivitäten am Abend, z.B. Vorträge, Tanzen, Schwimmen/Sauna, Videos

**Jetzt auch in Köln im Oktober 2011**



**Landsiedel**  
NLP Training

# Gratis-Leistungen



Im Newsletter gibt es immer wieder tolle Aktionen!  
<http://www.landsiedel-seminare.de/nlp/newsletter.html>

Xing:  
[https://www.xing.com/profile/Stephan\\_Landsiedel](https://www.xing.com/profile/Stephan_Landsiedel)

## Vision (Kurzversion)

Wir wollen NLP möglichst vielen Menschen zugänglich machen und ein Netzwerk für Weiterbildung aufbauen, in dem sich Menschen wohl fühlen und sich voller Freude gegenseitig in ihrer persönlichen und beruflichen Entwicklung unterstützen.

