

„Erfolg ist nicht der Schlüssel zum Glück.  
Glück ist der Schlüssel zum Erfolg.  
Wenn du liebst, was du tust, wirst du erfolgreich sein.“

Albert Schweitzer, alemannisch-elsässischer Arzt (1875-1965)



Photo by Jeremy Bishop on Unsplash

Individuelles  
Coaching & Training

Für Menschen mit Neugier

- offen, vertrauensvoll & warmherzig -

## Vorbemerkung

Die Begriffe Coaching und Training werden häufig synonym verwendet, obwohl sie formal gesehen voneinander zu unterscheiden sind.

Im **COACHING** trägt der Coachee (=Person, die ein Coaching in Anspruch nimmt) die Lösung für seine Probleme in sich. Der Coach begleitet und unterstützt seinen Klienten mit seinem gut gefüllten Werkzeugkoffer professionell bei der individuellen Lösungsfindung. Es geht hier also nicht um Wissensvermittlung seitens des Coaches.

Dies wäre nämlich **TRAINING**, also die Vermittlung von Fähigkeiten, Methoden, Verhaltensweisen sowie Wissen durch einen Trainer.



Photo by Patrick Fore on Unsplash

## Individuelles Coaching

Hier bestimmst du dein Thema!  
Egal was es ist – es gibt  
wahrscheinlich eine Lösung.

Photo by Patrick Fore on Unsplash

# Worüber sprechen wir ganz am Anfang?



*Wer bist du?  
Wer bin ich als dein Coach?*

*Was sind deine Ziele  
und dein Bedarf?*

*Wie kannst du deinen  
geistigen Erfolg steigern?*

*Wer bist du?*

*Was sind deine „Big 5“?*

*Finden wir einen guten  
Draht zueinander?*

*Was sind die  
Rahmenbedingungen  
unserer Zusammenarbeit  
und wie sieht unser  
gemeinsam erarbeiteter  
„Coaching-Fahrplan“ aus?*

*Es beginnt mit einigen  
Powerfragen, die dich  
sofort in einen besseren  
Gemütszustand versetzen.  
Sei neugierig und lass dich  
überraschen!*

*Welche Persönlichkeits-  
merkmale prägen dich, wer  
bist du in deinem tiefsten  
Inneren?*

*Kennst du schon die  
Psychografie nach  
Friedmann und den VIA  
Charakterstärken-Test?*

*Was sind deine „Big Five for  
Life“ in deiner persönlichen  
„Safari des Lebens“?*

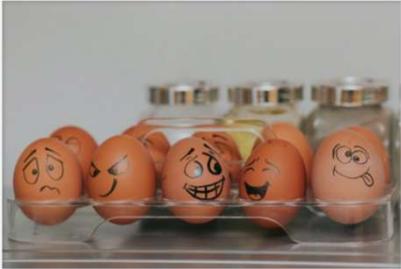


„Jede Erfahrung engt ein.  
Die Macht der Gewohnheit ist  
der härteste Klebstoff der Welt.“

Reinhard K. Springer  
deutscher Unternehmensberater  
(1953 geboren)

Photo by Patrick Fore on Unsplash

# Wohin kannst du deinen Blick richten?



*Wie gut bist du in deinem Leben aufgestellt?*

*Wir blicken gemeinsam in deine verschiedenen Lebensbereiche – dazu nutzen wir vor allem die Lebensrad-Analyse.*



*Wohin geht deine persönliche Reise?*

*Wayne Gretzky, einer der besten Eishockeyspieler aller Zeiten, soll einmal gesagt haben: „Die meisten Spieler sind ziemlich gut, aber sie laufen dahin, wo der Puck ist. Ich gehe dahin, wo der Puck sein wird!“*



*An was glaubst du?*

*Was sind Glaubenssätze?  
Woher kommen Glaubenssätze?  
Was sind behindernde Glaubenssätze und wie kannst du sie auflösen?*



*Was sind deine Werte?*

*Was schätzen andere Menschen an dir?  
Was motiviert dich und wieso?*



*Wie kannst du deine Kommunikation verbessern?*

*Kennst du schon das Eisbergmodell nach Freud, die Fünf Axiome nach Watzlawick, das Vier-Seiten-Modell nach Schulz von Thun und die 7 K's der Kommunikation?*

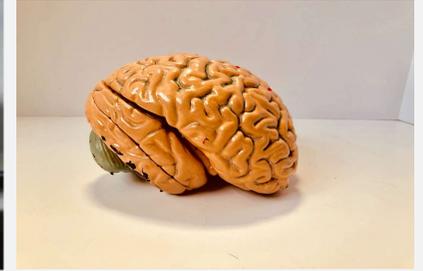
„Ob du denkst, du kannst es,  
oder du kannst es nicht:  
Du wirst auf jeden Fall  
recht behalten.“

Henry Ford  
(US-Automobilpionier, 1863-1947)



Photo by Patrick Fore on Unsplash

# Wie holst du mehr aus dir raus?



*Hast du dich schon einmal mit der Behandlung von Einwänden beschäftigt?*

*Wie kannst du Menschen überzeugen?*

*Wie kannst du ein Thema optimal präsentieren?*

*Auf welcher Denkebene bist du tagtäglich unterwegs?*

*Welche Denkweise, welches Mindset hast du?*

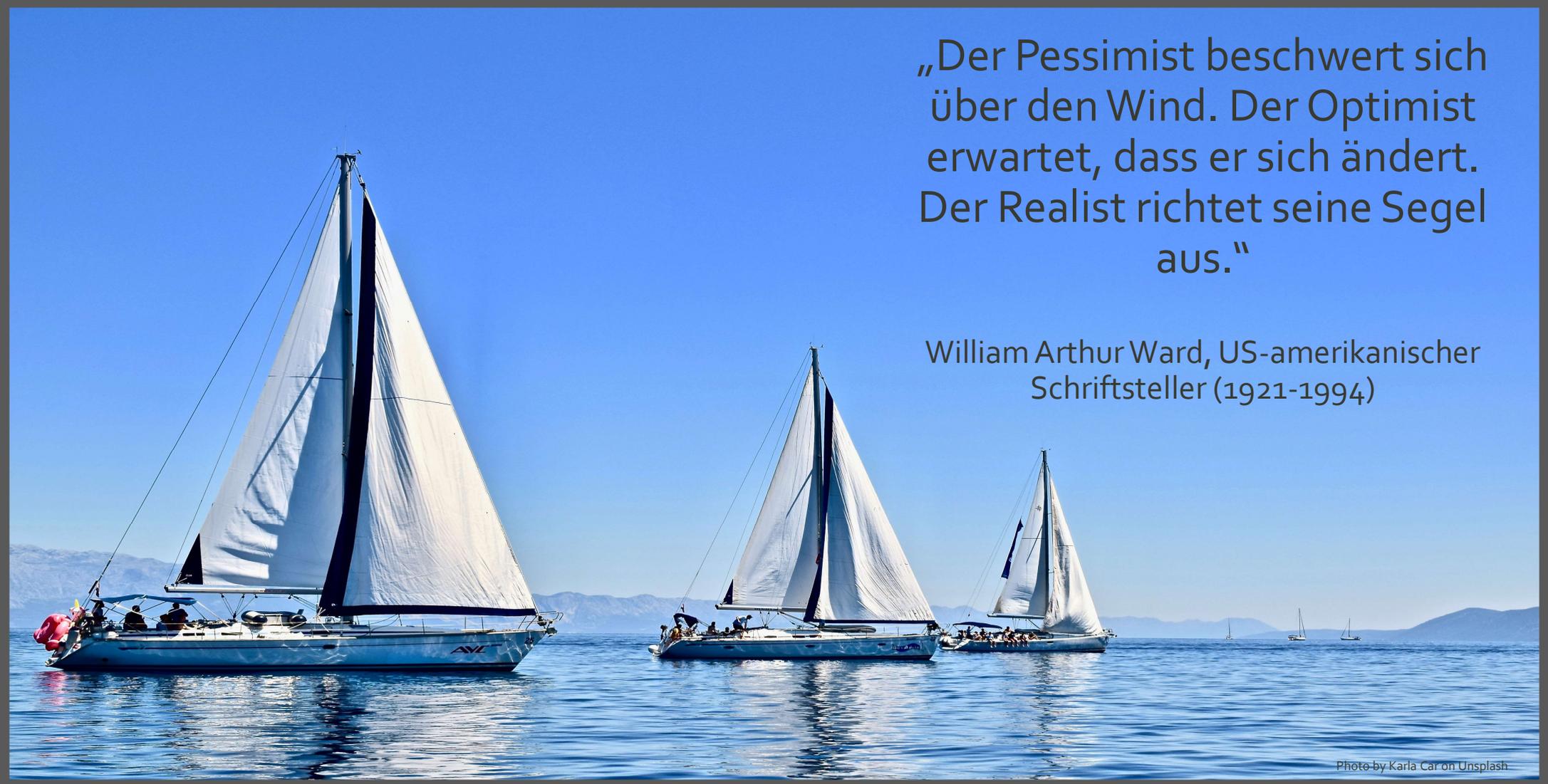
*Wie gehst du mit Äußerungen um, die eine abweichende Auffassung artikulieren?*

*Mit welchen Methoden und raffinierten Kniffen kannst du andere Menschen noch besser überzeugen – egal ob im beruflichen oder privaten Kontext?*

*Wie solltest du eine Präsentation aufbauen?  
Wie weckst du das Interesse des Publikums?*

*...auf der Ebene der Zerstörung, der Erhaltung oder besser der kreativen Schöpfung?*

*Kennst du bereits die Unterschiede zwischen „Fixed Mindset“ und „Growth Mindset“?*

A photograph of three sailboats with white sails on a calm blue sea under a clear blue sky. The boats are positioned from left to right, with the largest one in the foreground and two smaller ones further back. The water reflects the sky and the boats. In the background, there are faint outlines of mountains or hills.

„Der Pessimist beschwert sich über den Wind. Der Optimist erwartet, dass er sich ändert. Der Realist richtet seine Segel aus.“

William Arthur Ward, US-amerikanischer Schriftsteller (1921-1994)

Photo by Karla Car on Unsplash

# Was sind Fragen auf dem Weg zum persönlichen Glück?



*Mit welchen Sinnen nimmst du die Welt wahr?*



*Wie kannst du dein Lebensglück steigern?*



*Wie sieht dein perfekter Tag aus?*



*Gibt es wirklich Glücksfaktoren?*



*Was bringt dir Leichtigkeit im Alltag?*

*Hast du schon von den fünf VAKOG-Sinnen gehört?*

*VAKOG steht für Visuell, Auditiv, Kinästhetisch, Olfaktorisch und Gustatorisch.*

*Sei neugierig und du lernst u.a. die sogenannten logischen Ebenen nach Robert Dilts kennen!*

*Was tust du genau?*

*Warum tust du das was du tust?*

*Wer ist noch da?*

*„Glück ist der Scharfsinn für Gelegenheiten und die Fähigkeit, sie zu nutzen.“*

*Samuel Goldwyn, US-Filmproduzent (1882-1974)*

*Wie können dir Entspannungstechniken im Alltag zu mehr Energie verhelfen?*

„Zusammenkunft ist ein Anfang,  
Zusammenhalt ist ein Fortschritt,  
Zusammenarbeit ist der Erfolg.“

Henry Ford  
(US-Automobilpionier, 1863-1947)

Photo by Patrick Fore on Unsplash



*offener, vertrauensvoller  
& warmherziger Coach*



*Gönne dir was.*



*Entdecke neue Ideen.*



*Lass dich motivieren.*



*Träume wieder.*



*Fokussiere dich auf  
das, was du willst.*



*Werde ein kleines  
Stück glücklicher.*



*Mache mal was  
Großartiges.*



*Beginne ein Abenteuer.*



*Lass weniger Platz  
für Alltagsorgen.*

# Coaching, Financial Advisory & Training

Thematische Schwerpunkte

Finanzielle Bildung  
Professionelle Geldanlage  
Ganzheitliche Gesundheit  
Neurolinguistisches Programmieren  
Potenzialentfaltung  
Psychologie



Christian Kempe

[www.kempe-advisory.de](http://www.kempe-advisory.de)

Photo by Jeremy Bishop on Unsplash