

## **Denk- und Ideenentwicklungsprozesse erlebensbezogen gestalten (ECC1) Basis-Workshop der Workshopreihe Erlebensbezogenes Concept-Coaching**

*Dieser Workshop gibt Gelegenheit, einen Denkstil kennenzulernen, bei dem das Denken als lebendiger, erlebensnaher und kreativer Prozess verstanden wird. Dabei lernen Teilnehmende, ihre Gedanken mit dem momentanen Spüren und Erleben in Verbindung zu bringen. Sie verbinden ihre Gedanken mit ihrer gesamten Person und beginnen die Welt neu, mit ihren persönlich erlebten Bedeutungen zu gestalten. Auf diese Weise wird das Denken zu einer kreativen und lustvollen Tätigkeit - in alltäglichen Situationen, im Arbeitsleben, in Beratung und Psychotherapie oder einfach überall wo Kreativität gefragt ist.*

Als Teilnehmende des Basisworkshops ECC entfalten Sie Schritt für Schritt ein eigenes Denkvorhaben mit Hilfe der Denkbewegungen der Methode Thinking at the Edge (M. Hendricks, E.T. Gendlin). Dabei lernen Sie die Besonderheit des erlebensbezogenen Denkens kennen: sie lernen unser Denken weniger an logischen Zusammenhängen und klaren Konzepten auszurichten, sondern vielmehr auf vorschnelle Festlegungen zu verzichten und uns der Vieldeutigkeit, Vagheit und Widersprüchlichkeit unseres Erlebens zuzuwenden, um darin Neues entdecken und zur Sprache zu bringen. Sie erfahren wie hilfreich es ist, wenn man beim Denken auch stammeln, stottern und zögern darf. Eine Zuhör-Partner\*in begleitet Sie durch den eigenen kreativen Prozess, in dem sie Ihre flüchtigen Gedankenketten, gespürte Impulse notiert. Die Denkschritte zeigen auf wie Sie mit sprachlichen Formulierungen spielen und eigene Gedanken lebendig, mit eigener Stimme und persönlicher Note entfalten können. Das Erlebensbezogene Denken lernen Sie als Prozess des achtsamen Denkens kennen, das durch Verlangsamung, Innehalten und ein „Kommenlassen“ von Bildern und Worten gestaltet wird. Im letzten Teil des Denkprozesses experimentieren Sie damit wie es ist, das kreative, erlebensbezogene Denken mit logischem Denken zu verbinden: Sie verdichten Ihre Aufzeichnungen und formen daraus spielerisch ein eigenes schlüssiges Konzept, eine Theorie oder ein wohlkomponiertes „Gericht“, ganz nach Ihrem eigenen Geschmack und Ihrer eigenen Überzeugung.

### **Inhalte:**

- Entfaltung eines eigenen Denkvorhabens
- Einführung in die philosophischen Grundlagen des Erlebensbezogenen Denkens
- Die 14 Denkbewegungen des Thinking at the Edge
- Gestaltung der Rolle von Akteur\*in und Zuhör-Partner\*in/Coach
- Hilfreiche Haltungen für Erlebensbezogenes Denken
- Logbuchmethode zur Selbstreflexion
- Visualisierung eigener Gedanken durch Skizzen und innere Bilder
- Reflexion eigener Erfahrungen und Entfaltung neuer gedanklicher Zusammenhänge

### **Kursmaterialien:**

- Manual zu den Denkbewegungen mit vorbereiteten Notizblättern (pdf)
- Skript mit Grafiken und Literaturhinweisen (pdf)

Kursleitung: Heinke Deloch

Studium der Philosophie, Politikwissenschaft und Englischen Literaturwissenschaft, Ausbilderin für Personenzentrierte Beratung (GwG e.V.) und Focusing/Thinking at the Edge (Focusing Institute New York), Mitbegründerin des Coachingansatzes ECC- Erlebensbezogenes Concept Coaching, Hochschuldozentin, Coaching-Tätigkeit (Präsenz und Online), Schwerpunkt: Young Professionals und wissenschaftliche Nachwuchskräfte, Supervision und Lehrberatung, Teammoderationen für Ideen- und Konzeptentwicklungen, [www.experientielle-beratung.de](http://www.experientielle-beratung.de)

<b>ECC-WORKSHOPREIHE 2022/23 - ONLINE</b>	
<b>Gestaltung individueller Denkprozesse</b>	
22./23./30. April 2022	(ECC1-Basis) Denkprozesse erlebensbezogen gestalten: Einführung in die Praxis Erlebensbezogenen Denkens
20./21. Mai, 4. Juni 2022	(ECC2) Denk- und Ideenentwicklungsprozesse in Coaching und Beratung erlebensbezogen begleiten
9./10./16. September 2022	(ECC3) Erlebensbezogener Umgang mit Arbeits- und Denkblockaden
<b>Gestaltung von Denkprozessen in Teams und Gruppen</b>	
14./15./28. Oktober 2022	(ECC4) Denkprozesse und Ideenentwicklungen in Teams und Gruppen erlebensbezogen gestalten und moderieren
13./14./20. Januar 2023	(ECC5) Förderung einer kreativitätsfreundlichen Kommunikationskultur in Teams und Gruppen

### **Was ist ECC?**

ECC ist ein Personenzentrierter und Erlebensbezogener Beratungs- und Coaching-Ansatz der auf der Basis von Focusing (E.T. Gendlin) und Thinking at the Edge (M. Hendricks, E.T. Gendlin) spezifische Formate zur Verfügung stellt, um Denk- und Ideenentwicklungsprozesse in Einzel- und Gruppensettings zu unterstützen.

### **Wo kann ECC eingesetzt werden?**

Die Methode kann in Beratung, Psychotherapie, Supervision und Organisationsberatung vielseitig eingesetzt und mit anderen Methoden kombiniert werden, aber auch zur Moderation von Gruppen und in didaktischen Zusammenhängen wie Ausbildung, Schulunterricht und Hochschullehre. Letztlich ist der Einsatz überall dort sinnvoll, wo es darum geht, die Eigenmotivation und die kreativen Impulse von Personen bei der Entwicklung neuer Ideen, Gedanken und Konzepte zu fördern.

### **Was ist Erlebensbezogenes Denken?**

Beim Erlebensbezogenen Denken beziehen wir systematisch unser gegenwärtiges Erleben in Denkprozesse ein. Diese Art zu denken ist keine Fähigkeit, über die wir ganz selbstverständlich verfügen. Vielmehr lernen wir üblicherweise abstrakt und möglichst weit entfernt von unseren „persönlich“ erlebten Bedeutungen zu denken. Doch die Fähigkeit zum eigenständigen, kritisch-reflektierenden und zugleich auch kreativen Denken ist heute unerlässlicher denn je. Eigenständig zu denken bedeutet, vorhandene Ideen und Konzepte zu hinterfragen und in Abgrenzung davon zu neuen und differenzierteren Bedeutungen zu gelangen. Dabei müssen wir eine Phase der Verunsicherung und Unklarheit aushalten. Dies hindert uns oftmals daran, die eigenen, kreativen Impulse ernst zu nehmen und weiter zu

verfolgen. Im Ansatz ECC kultivieren wir Denkhaltungen, die – bei Einzelpersonen und Gruppen – den Prozess des kreativen Denkens fördern und wertschätzen. Zudem „trainieren“ wir eigenständige Denkprozesse mit Hilfe von Denkbewegungen, die bei der Versprachlichung der eigenen kreativen Impulse und Ahnungen unterstützen.

**Zielgruppe:**

Personen, die eine neue (Projekt-)Idee entwickeln oder sich mit eigenen gedanklichen Vorhaben beschäftigen möchten; Menschen, die sich dafür interessieren, eine personenzentrierte und erlebensbezogene Methode des kreativen, eigenständigen Denkens kennenzulernen und andere Personen in Denkprozessen zu begleiten, z.B. Coaches und Berater\*innen, Supervisor\*innen, Mentor\*innen, Therapeut\*innen, Lehrer\*innen, Wissenschaftler\*innen, Projektleiter\*innen, Führungskräfte.

**Gesamt-Workload der Workshopreihe: 200 Unterrichtsstunden davon**

125 Unterrichtsstunden mit Ausbilder\*in

75 Selbstlernstunden:

- Prozessbegleitung von Probeklient\*innen und Übungspartner\*innen
- Transfer von Leitfäden in eigene Settings
- Lektüre von Fachliteratur

**Abschlüsse:**

Variante für Einzelbegleitung: Qualifizierte Teilnahmebescheinigung „EC-Coaching für Einzelbegleitung“

Variante für Teams und Gruppen: Qualifizierte Teilnahmebescheinigung „EC-Coaching für Teams und Gruppen“

Bei Teilnahme an allen Workshops: Qualifizierte Teilnahmebescheinigung: „EC-Coaching für Einzelbegleitung und Teams/Gruppen“ (GwG e.V.)