

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

In herausfordernden gesellschaftlichen, beruflichen oder persönlichen Situationen, die eine Veränderung oder neue Herangehensweise erfordern, erleben wir oftmals Gefühle der Ohnmacht und Sprachlosigkeit: Wie können wir unser Denken von den gewohnten Sichtweisen lösen und das ersehnte Neue in Worte fassen?

Im Basisworkshop ECC lernen wir wie wir Denkprozesse mithilfe der 14 Denkbewegungen der Methode Thinking at the Edge (E.T. Gendlin, M. Hendricks) erlebensbezogen gestalten können. Die Herausforderung beim Erlebensbezogenen Denken besteht darin, auf vorschnelle Festlegungen zu verzichten und sich der Vieldeutigkeit, Vagheit und Widersprüchlichkeit unseres Erlebens zuzuwenden, um darin Neues entdecken und zur Sprache bringen zu können. Zentral für diese Vorgehensweise sind deshalb die Zuhör-Partnerschaften: So lernen wir uns selbst im Denken mehr zu vertrauen, wenn wir ein vertrauensvolles Gegenüber haben, das unseren fragilen, kreativen Prozess durch Zuhören und unsere flüchtigen Gedanken durch Mitschreiben unterstützt. Die Denkschritte zeigen uns auf wie wir mit sprachlichen Formulierungen spielen und eigene Gedanken lebendig, mit eigener Stimme und persönlicher Note entfalten können. Das Erlebensbezogene Denken lernen wir als Prozess des achtsamen Denkens kennen, das durch Verlangsamung, Innehalten und ein „Kommenlassen“ von Bildern und Worten gestaltet wird. Im letzten Teil unseres Denkprozesses experimentieren wir damit wie es ist, das kreative, erlebensbezogene Denken mit logischem Denken zu verbinden: wir verdichten unsere Aufzeichnungen und formen daraus spielerisch ein eigenes schlüssiges Konzept, eine Theorie oder ein wohlkomponiertes „Gericht“, ganz nach unserem eigenen Geschmack und unserer eigenen Überzeugung.

Inhalte:

- 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,

ECC-WORKSHOPREIHE 2021/22 - ONLINE	
Gestaltung individueller Denkprozesse	
16./17./24. April 2021	(ECC1-Basis) Denkprozesse erlebnsbezogen gestalten: Einführung in die Praxis Erlebnsbezogenen Denkens
4./5./12. Juni 2021	(ECC2) Denk- und Ideenentwicklungsprozesse in Coaching und Beratung erlebnsbezogen begleiten
25./26. Juni/10. Juli 2021	(ECC3) Erlebnsbezogener Umgang mit Arbeits- und Denkblockaden
Gestaltung von Denkprozessen in Teams und Gruppen	
17./18./25. September 2021	(ECC1-Basis) Denkprozesse erlebnsbezogen gestalten: Einführung in die Praxis Erlebnsbezogenen Denkens
5./6./20. November 2021	(ECC4) Denkprozesse und Ideenentwicklungen in Teams und Gruppen erlebnsbezogen gestalten und moderieren
21./22./29. Januar 2022	(ECC5) Förderung einer kreativitätsfreundlichen Kommunikationskultur in Teams und Gruppen

Was ist ECC?

ECC ist ein Personenzentrierter und Erlebnsbezogener 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.

Was ist Erlebnsbezogenes Denken?

Beim Erlebnsbezogenen 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 erlebnsbezogene 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.)