Erschienen am 18.05.2023
328 Seiten, kartoniert
Format: 17.0 x 24.0
ISBN: 978-3-7495-0345-2

Dirk W. Eilert

Integratives Ego-State-Coaching mit emTrace

Emotionscoaching mit Persönlichkeitsanteilen

Persönlichkeitsanteile als Schlüssel für Veränderung
„Ich fühle mich hin- und hergerissen“, „Diese Entscheidung ist wirklich ein innerer Kampf“ – wer hat solche Aussagen nicht schon einmal im Coaching gehört?
Wir sprechen davon, dass zwei Herzen in unserer Brust schlagen oder wir unseren inneren Schweinehund überwinden müssen. Die Vorstellung, dass unsere Persönlichkeit in verschiedene Anteile strukturiert ist, wird mittlerweile von der modernen Gehirnforschung gestützt:
Je nach aktiviertem Ich-Zustand springen andere Nervenzellnetzwerke in unserem Gehirn an. Dies macht die Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen zu einem unverzichtbaren Methodenbaustein für jeden Coach.
In diesem Buch lernen Sie ein integratives Modell kennen, das die Teilearbeit in sieben übergeordnete Prozessphasen unterteilt. Anfänger erhalten so ein sicheres Fundament, das ihnen im praktischen Coaching Orientierung gibt. Coaches, die bereits mit Ego-State-Interventionen arbeiten, gibt das Buch eine Grundstruktur an die Hand, mit der sie ihre Arbeit auf die nächste Ebene heben können.
Darüber hinaus finden Sie in diesem integrativen Ansatz der Teilearbeit Emotionsprocessing-Techniken, die das Ego-State-Coaching erleichtern, sowie konkrete Interventionen, die Sie direkt einsetzen können.

Autorenprofil

Dirk W. Eilert

Dirk W. Eilert ist Wirtschaftspsychologe (M.Sc.), spezialisiert auf emotionale Intelligenz. Als einer der führenden Mimik- und Körperspracheexperten im deutschsprachigen Raum ist seine Expertise regelmäßig in Radio, TV und Printmedien gefragt. Mehr Informationen unter www.eilert-akademie.de

Pressestimmen

"Die vorliegende Publikation bringt die beiden Coachingbereiche Emotionscoaching, emTrace und Ego-State-Coaching in einem fruchtbaren Kontext zusammen. Mit den Ausführungen wird das Potenzial für einen integrativen Einsatz deutlich, um den Klienten/die Klientin dort abzuholen, wo er:sie steht und lebensweltorientiert auf seinem/ihrem Wege zu begleiten. Geeignet ist die Publikation vor allem für erfahrene Coaches, die ein solides Grundverständnis in integrativen Emotionscoaching mit emTrace sowie bereits (mindestens) erste Erfahrungen in der Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen haben."- Elke Michauk, www.socialnet.de