

SKALENFRAGEN IM SYSTEMISCHEN COACHING

LÖSUNGSFOKUSSIERT & WIRKSAM

Demo

Seminar-
Unterlage

Auszug

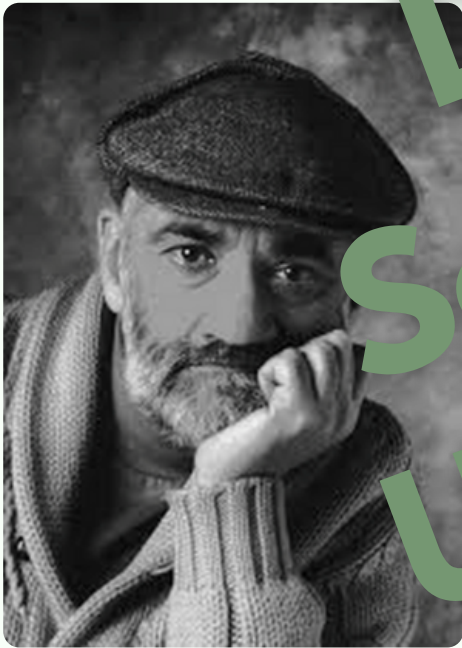
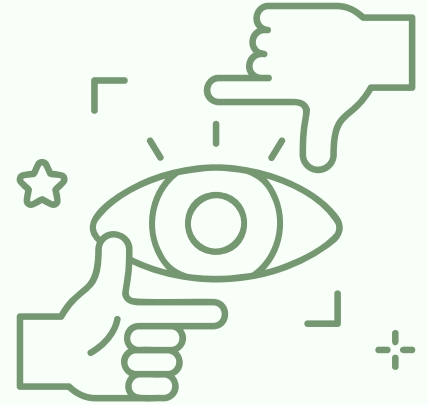


00 – Einleitung: Wozu Skalenfragen?



Skalenfragen gehören zu den elegantesten Werkzeugen im systemischen Coaching, um Komplexität zu reduzieren und subjektive Wahrnehmungen sichtbar zu machen.

Sie schaffen Orientierung, ermöglichen Dialog auf Augenhöhe und öffnen einen Raum, in dem Klient:innen ihre eigene Wirklichkeit sortieren, bewerten und weiterentwickeln können.



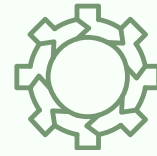
Die Wurzeln dafür liegen u. a. in der lösungsorientierten Kurztherapie nach Steve de Shazer. Seine Grundidee:

Skalen machen Unsichtbares besprechbar.

Sie schaffen Wahrnehmung, fördern Reflexion und lenken Aufmerksamkeit auf Ressourcen, Ausnahmen und Entwicklungspotenziale.

In Coaching- und Führungskontexten haben sie sich als niedrighschwelliges, hochwirksames Werkzeug etabliert – überall dort, wo es um „weiche Realitäten“ geht: Motivation, Zufriedenheit, Kommunikation, Teamdynamik, Sicherheit, innere Klarheit, Stärken.

02 – Die systemische Haltung dahinter



Skalierungsfragen funktionieren immer dann gut, wenn der / die Coach eine klare systemische Haltung einnimmt:

Allparteilichkeit

Die Einschätzung gehört dem Coachee – nicht uns. Wir bewerten nicht, wir interpretieren nicht. Wir laden ein. Wir arbeiten „in der Wirklichkeit unseres Gegenübers“



Nicht-Wissen



Wir tun so, als wüssten wir nichts – und das ganz absichtlich. Wir tauchen gemeinsam, ohne vorgegebene Meinung. Wir beobachten uns als Führungskraft oder Coach, wir bewerten (unsere Wirklichkeit überstulpen) um es beim nächsten Mal noch besser zu machen.

Ressourcenfokus

Wir interessieren uns für das, was schon trägt. Für die 3 von 10 nicht für die fehlenden 7. Wir tauchen nicht ins Problem ein „Warum nur 3?“ sondern freuen uns neugierig über die 3 und nicht 2!



Eigenverantwortung stärken

Coachees entwickeln Lösungen, Ziele, nächste Schritte – wir halten nur den Prozess – tanzend und führend.

07 – Fazit: Was Skalen im Coaching ermöglichen



Skalierungsfragen sind ein präzises, vielseitiges Werkzeug.

Sie schaffen:

- Klarheit in komplexen Situationen
- Orientierung im Prozess
- Motivation durch sichtbare Fortschritte
- Ressourcenaktivierung
- nachhaltige Entwicklung im Führungsalltag



Sie funktionieren in Einzelcoachings, Teamsettings und sogar in Workshops – überall dort, wo Bewertungen subjektiv, aber dennoch gestaltbar sind.

Skalen eröffnen neue Räume für Dialog, Erkenntnis und Handlung.

Und sie stärken Coachees nachhaltig – Schritt für Schritt, Punkt für Punkt.





WECK DEN PHÖNIX IN DIR



im indigu
Zertifikatslehrgang
Systemisches Coaching.

Zum Beitreten scannen