Coaching mit Franziska

Mein Thema: Klarheit, wie es beruflich schwerpunktmäßig weitergehen soll. Angst, das Internetgeschäft, das ich seit meiner Selbstständigkeit vor 20 Jahren betreibe, loszulassen. Dieses ist immer noch unser finanzielles Haupt-Standbein..

Ich befand mich in einem kleinen Waldstück mit Gestrüpp und herumliegenden Ästen. Nichts, was für mich nach Klarheit aussah.

Vor mir ein Stock, der als Hindernis auf dem Weg lag.

Franziska bat mich, den Stock aufzuheben. Er hatte die Form eines Y – mit 2 Gabeln, die rechte war stärker als die linke. Auf Franziskas Frage, welche wofür steht, war für mich klar: die rechte stand für das Naturcoaching. Diesen Weg wollte ich gehen, auch wenn die linke Astgabel, das Internetgeschäft, noch da war.

Ich hielt den Stock in der Hand (Franziska: „Du hast es in der Hand, welchen Weg du gehst!“)

Ein Spinnennetz zeigte mir, dass ich dabei Struktur und Klarheit suchte. Und ein Netzwerk, in das ich eingebunden bin.

Franziska bat mich, den Blick nach draußen zu richten. Mir fiel sofort eine Spur im Feld ins Auge, die ganz klar war und mich einlud, ihr zu folgen. Um aus dem Waldstück hinauszukommen, musste ich noch einen kleinen Graben überschreiten – Symbol für ein Hindernis, das ich aber ohne große Probleme überwinden konnte.

Den Stock warf ich beim Hinausgehen zur Seite, ich brauchte ihn nicht mehr. Vor mir nur der Weg, dessen Spur ich – begleitet von einer Atemübung – entlang ging. Es fühlte sich sehr gut an. Neben mir eine weitere Spur - Symbol für jemanden, den ich im Coaching begleiten durfte. Die kleinen Pflänzchen auf dem Feld sprießten hervor – es ist alles da in Fülle, selbst wenn auf der anderen Seite die Bäume jetzt im Herbst ihr Laub loslassen müssen.

Franziska ließ mich zurückblicken. Nein, zurück wollte ich nicht mehr. Auch wenn sich dort noch mein Netzwerk (Spinnennetz) befand. Am Ziel gab es mit Sicherheit neue Netze.

Trotzdem kam der Impuls, noch einmal zurück zu gehen. Ich hob beim Zurückgehen den Stock auf und lehnte ihn an einen Baum. Er symbolisierte meinen bisherigen Weg und gehörte zu mir. In ihm steckt noch immer die Kraft, die mich weitergehen lässt.

Das Spinnennetz fand ich nicht mehr, bemühte mich aber auch nicht darum, es nochmal zu finden.

Durch 2 Bäume sah ich meinen Weg – ein Schritt nach rechts, und der Baum hätte meine Spur völlig verdeckt. Wo stehe ich gerade? Habe ich mein Ziel im Blick?

Geld und Umgang damit kam als weiteres Thema ins Spiel, hätte aber eine eigene Coaching-Einheit erfordert.

Zum Schluss des Coachings war die Frage nach einem Wort oder Satz. „Ich folge der Spur“ nehme ich mit auf meinen Weg.

Nachdem wir uns im Coaching verabschiedet hatten, nahm ich noch einmal meinen Stock und stellte ihn vor die Spur, um ein Foto aufzunehmen. Bei der zweiten Aufnahme fiel der Stock einfach ohne mein Zutun um.

DER WEG IST FREI.

Welch starke Erfahrung!

Georg Schraml