

# THE ART OF COACHING



## DIE CONAQUILA COACHING-AUSBILDUNG MIT MUSIK, GESANG UND KLANG

ZWEI AUSBILDUNGEN IN EINER:  
AUDITIVE COACHING© & CLASSIC COACHING  
ONLINE-OFFLINE LERNEN  
IM PRÄSENZUNTERRICHT PRAKTISCHE ÜBUNGEN

VON MARTINA M. SCHUSTER

## INHALT

EINLEITENDE WÖRTE	3
DEFINITION AUDITIVE COACHING®	5
BESONDERE VORTEILE DES AUDITIVE COACHINGS®	7
DIE AUSBILDUNG AUF EINEN BLICK	9
DER LEHRPLAN IM DETAIL	11
THEMEN, DIE SIE ALS COACHIN ERWARTEN KÖNNEN	17
IHRE ZIELSETZUNG ALS COACH	19
VORAUSSETZUNGEN UND ETHIK	21
VITA MARTINA M. SCHUSTER	23
PLATZ FÜR NOTIZEN	25
KONTAKTDATEN	27

*„Wir fühlen eine Sehnsucht nach dem, was wir  
im Stillen schon besitzen.“*

*Johann Wolfgang von Goethe*



*Liebe Interessentin, lieber Interessent,*

*die Musik, der Gesang, der Klang sind heilsame und wichtige Quellen, die im Menschen biologisch verankert sind. Diese Ressourcen wieder zu aktivieren, ist eines meiner wichtigsten Anliegen, welches dazu führte, dass ich nach jahrelanger Arbeit und Entwicklung nun diese Ausbildung ab sofort anbieten kann. Wenn Sie Coach werden möchten dann haben Sie mit diesem Konzept, das Ihnen im Folgenden vorgestellt wird, eine reiche und schier unerschöpfliche kreative Ressource an der Hand. Seien Sie PionierIn an der Coachingfront.*

*Die ConAquila Coaching-Ausbildung ist nicht nur einzigartig, sondern sie beinhaltet zwei Coaching-Ausbildungen in einer: sie erlernen das klassische Handwerkzeug eines Coaches (Life & Business) und zusätzlich werden Sie ausgebildet im Coaching mittels Einsatz von Stimme, Musik und Klang, dem AuditiveCoaching®. Dieses zeichnet sich dadurch aus, dass neben den herkömmlichen Tools spielerisch und kreativ Methoden zum Einsatz kommen, die ich aus der Musiktherapie und des heilsamen Singens bzw. Tönens speziell für das Coachen entwickelt habe. Sie lernen, die Stimme, Instrumente bzw. Musik in Ihren Coachings als Erweiterung und Vertiefung einzusetzen.*

*Nach Abschluss dieser Ausbildung verfügen Sie über Möglichkeiten, die weit über die klassischen Methoden hinausgehen. Dabei haben Sie jederzeit die Wahl, in Ihren Coachings Klänge einzusetzen oder nicht - denn nach der Ausbildung können Sie Beides. Sie erweitern dadurch Ihre Kreativität und finden so Ihren eigenen Weg und Stil.*

*Bei allen Ihren Fragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung. Denn nur wenn Sie alles wissen über Ihre zukünftige Ausbildung und ein gutes Bauchgefühl haben, ist es die richtige Richtung.*

*Ich freue mich auf Sie!*

*Martina M. Schuster*



Dort wo die Ressourcen sind  
von da fügen sich die Lösungen.  
So suchen wir doch dort, wo  
erstere verborgen sind:  
Nämlich in uns selbst.

Das ist  
lösungsorientiertes Coaching.

## DEFINITION COACHING UND AUDITIVE COACHING©

Auditive Coaching© ist eine Innovation in der Coachingwelt, die es bisher noch nicht gab. Diese Methode wurde von Martina M. Schuster aus dem Gesang, der Musik- und Klangtherapie als auch dem heilenden Singen bzw. Tönen heraus entwickelt. Sie integrierte diese Arbeit in das klassische Coaching und schuf eine komplette Ausbildung für angehende Coaches. Damit ist eine Bereicherung für jene geschaffen worden, die durch Klang, sei es Instrumente oder Singen, eine tiefere, gleichzeitig leichtere und effektivere Art des Coachens wünschen.

Der Begriff Coaching selbst kennt keine allgemein gültige Definition. Jedoch kann darunter Folgendes verstanden werden:

Es ist eine gleichberechtigte und partnerschaftliche Zusammenarbeit mit dem Coachee bzw. dem Klienten. Dieser beauftragt den Coach, ihm behilflich zu sein, z. B. bei einer Standortbestimmung, der Schärfung von Zielen oder Visionen sowie beim Entwickeln von Problemlösungs- und Umsetzungsstrategien.

Wissenschaftlich ausgedrückt: Coaching ist die lösungs- und zielorientierte Begleitung von Menschen, die sich zwischen den Spannungsfeldern Privatleben, Beruf und Organisation oder in einem dieser Bereiche befinden.

Wichtig ist dabei die Abgrenzung zum Therapeuten. Denn dieser behandelt meist auf Basis von ärztlichen Überweisungen psychopathologische Störungen.

Coaching aber richtet sich an Personen, deren Selbststeuerungsfähigkeit funktioniert und die nach systematischer Veränderung, Verbesserung oder manchmal auch Perfektionierung in bestimmten Bereichen streben.

Es geht in jedem Fall immer um Verbesserungen in bestimmten Lebensbereichen. Und obwohl nun das Coaching hin und wieder Nähe zu verhaltenstherapeutischen Verfahren aufweist, so ist es kein Therapieersatz.





*Oft finden wir über Klänge, Gesang,  
Musik, schnell und einfach zu unseren  
Ressourcen oder zu den Lösungen. Dann  
sind wir in Resonanz mit uns selbst, in  
einer guten Schwingung, in Harmonie!*

Foto: fotolia

## BESONDERE VORTEILE DES AUDITIVE COACHINGS ©

Der oder die KlientIn findet schnell die innere Harmonie wieder und kommt somit ins Handeln und / oder Wohlfühlen denn er oder sie

- kann Gefühle und emotionale Befindlichkeiten stärker und tiefer erkunden;
- findet sehr effektiv und effizient zu seinen inneren Lösungen;
- kann Konflikte klarer und in einem geschützteren Rahmen herausarbeiten und bewusst machen;
- wird das Gefühl der persönlichen Identität beim Einsatz von Klängen (z. B. Musik, Gesang) stärker empfinden, gleich ob er oder sie selbst die Klänge hervorbringt oder diese erhält - rezeptiv oder aktiv.
- Der Raum des inneren Verstehens weitet sich, denn vieles ist nicht verbalisierbar, wird aber durch das Klangempfinden (aktiv oder rezeptiv) erlebbar, verständlich und somit erweitert sich die Erkenntnis.

DAS „SICH-SELBST-WIEDER-SPÜREN“ IST EINER DER SCHÖNSTEN EFFEKTE DES KLANGES, UND IST DIE VORAUSSETZUNG DASS WIR WIEDER INS HANDELN UND IN DIE EIGENE MITTE KOMMEN. AUFBRUCH ZUM ARTGERECHTEN LEBEN.



## DIE AUSBILDUNG AUF EINEN BLICK

Zwei Ausbildungen in einer:

- Die Life Coach und AuditiveCoaching© Ausbildung
- Module 1- 3 im Offline-Modus, ca. 140 Stunden zum Offline
- Lernen und Übung
- Modul 4 : 8 Tage Präsenzunterricht, 72 Stunden
- Modul 5: Präsentation & Zertifikationsverleihung (ca. 8 Stunden)
- Hausarbeit 20 Seiten
- Maximale Teilnehmerzahl beim Präsenzunterricht 15: hohe Übungseffektivität statt langer Feedbackrunden
- Inclusive Instrumentennutzung
- Eigene Percussioninstrumente können mitgebracht werden
- Die aktuellen Preise finden Sie auf der Homepage
  - Kostenloser Link als Coach auf der ConAquila Seite
  - Sonderseminare ausschließlich für Absolventen der ConAquila-Coaching-Ausbildung.
  - Präsentation und Vermarktung Ihrer Veranstaltungen auf der ConAquila Homepage und in der Akademie zu Sonderkonditionen

Foto: fotolia



Die ConAquila-Coaching-Ausbildung ist eine komplette Coachinausbildung, in der Sie das klassische Coaching mit den klassischen Tools und Methoden sowie inklusive die Kenntnisse des Einsatzes von Stimme und Instrumenten, Musik respektive Klängen erlernen, dem AuditiveCoaching©. Sie erhalten zwei Ausbildungen auf einen Schlag. So können Sie effektiver und bereichernder dem Klienten dienen, und sich an der Coachingfront deutlich abheben. Ein schöner Nebeneffekt kommt noch hinzu: Sie erweitern durch die Arbeit mit Musik, Stimme respektive Klänge spielerisch Ihre eigene Kreativität.

### **Diese Ausbildung ist in 5 Module unterteilt:**

**Die Module 1, 2 und 3,** werden im Offline-Modus bearbeitet. D. h. Sie bekommen jeweils mindestens eine DVD mit Lehrfilmen, Unterlagen und Übungsanweisungen, sowie jeweils ein Evaluierungsbogen mit Fragen (offen & Multiple Choice), den Sie am Ende einer jeden Einheit bearbeiten und zur Überprüfung einreichen. Darüber hinaus gehen wir in dieser Zeit auch gemeinsam in den online-Coachingraum.

**Modul 4:** Nachdem Sie alle Übungseinheiten und Lernkapitel als auch die Online-Sektion beendet haben, folgen 8 Tage Präsenzunterricht, der ausschließlich für praktische Übung und Fragen vorgesehen ist.

**Modul 5:** Abschlusspräsentationstermin mit Zertifikatsverleihung  
Die konkreten Fakten entnehmen Sie bitte der linken Seite.

Nach dem Ausbildungs-Abschluss können Sie kostenlos Ihren Homepage-Link auf der ConAquila-Coaching-Seite veröffentlichen, um somit Ihre Präsenz am Markt zu steigern und das Netzwerk zu vergrößern. Es werden Vertiefungsseminare angeboten, die eine stetige Weiterbildung sichern. Außerdem ist es möglich auf der ConAquila Akademie Seite auch eigene Veranstaltungen zu Partnerkonditionen einzustellen.

**Wichtig:** Sie sollen viele Erfahrungen machen. Es handelt sich aber hier nicht um eine Selbsthilfe- oder Selbsterfahrungsgruppe, obgleich Sie sicherlich viele Erfahrungen über Ihr Selbst machen werden. Voraussetzung an Sie ist, dass Sie Ihre „großen“ Themen bereits bearbeitet und eine psychisch gesunde sowie integere Persönlichkeit sind.





*Den Lehrplan im Detail finden Sie  
auf den nächsten Seiten.*

*Die aktuellen  
Termine sind auf*

**WWW.CONAQUILA.COM**  
*ausgeschrieben*

## LEHRPLAN

- Grundhaltungen, Abgrenzungen und Ethik
- Einsatz von Stimme und Musik im AuditiveCoaching©
- Die Kunst der Wahrnehmung
- Pacing & Rapport in der Musik und im Coaching
- Funktionen der Musik und der Stimme im Coaching Prozess
- Schwingung und Gesundheit
- Zusammenhang Stimme und innere Kraft
- Lösungsorientiertes Coaching
- Interventionstechniken
- Biographische Symphonie
- Der professionelle Auftakt: Telefonischer Erstkontakt, das erste Treffen
- Anliegenklärung
- Mandatserteilung
- Individualität, Lebensziele, Lebensvisionen
- Standortanalyse, Biographie und Beziehungen
- Klänge der Stille, Klänge des Atems
- Königsweg der Kommunikation
- Professionelle Fragetechniken
- Vorsicht Fallen: psychologische Effekte
- Konzept der Selbstführung
- Fundament des Coaches
- Professionelle Fragetechniken (Generalisierungen, Tiefenstruktur erkennen, Fragen die aufs Ziel ausrichten etc.)
- Ressourcenarbeit
- Zielarbeit, Zielschärfung, Zielerreichung

Fortsetzung auf Seite 13



IHRE WICHTIGEN FRAGEN HABEN HIER PLATZ:

## FORTSETZUNG LEHRPLAN:

- Meditationen anleiten und selbst entwerfen
- Standortanalyse, Biografie und Beziehungen
- Erlebnisqualitäten, Potential und Funktionen der Musik und des Gesangs innerhalb des Coaching Prozesses
- Das Potential des heilsamen Singens
- Musik und Erleben
- Life-Balance, Lebenshüte, Lebensplan
- Systemische Ansätze im Coaching
- Stressmanagement: Stresssignale, Ursachen, Erstellen und Interpretation eines
- Stressprofils, Bewältigungsstrategien und Ausarbeitung eines Programmes
- Glaubenssatzarbeit - Negative Glaubenssätze erkennen und umstrukturieren
- Selbstwertgefühl - verstehen und stärken
- Konfliktfähigkeit stärken - Konfliktmanagement
- Zeitmanagement - Zeitwahrnehmung, Einstellungen und Werte zur Zeit, Zielsetzungen,
- Prioritäten setzen, Umgang mit Störungen,
- Arbeitsplatzorganisation
- Bilderlebnis im AuditiveCoaching©
- Timeline Methoden - mit und ohne Musik, Klänge
- Tool-Pool
- Mein AC-Konzept - Marketing, Positionierung und Netzwerk

Die Vor- und Nachbereitung des Stoffes incl. der Ausarbeitung von psychologischen Profilen, die im Eigenstudium ausgefüllt und entsprechend ausgewertet werden müssen sind im Offline-Modulen 1-3 zu bewerkstelligen. Die TeilnehmerInnen müssen selbst Coachings im virtuellen Raum durchführen, also nicht nur im Präsenzunterricht. Zur Zertifizierung ist eine Hausarbeit zu erstellen und es erfolgt eine mündliche Prüfung. Die schriftliche Überprüfung des Inhaltes findet im Rahmen der Module 1-3 statt innerhalb des Überprüfungsprotokolles bzw. des Evaluierungsbogens, der online ausgefüllt wird.



*Es gibt so viele Themen wie es Menschen gibt, denn jeder von uns ist einzigartig!*



Foto: fotolia

## THEMEN, DIE SIE ALS COACH:IN ERWARTEN KÖNNEN

Beim Coaching kommen die unterschiedlichsten Themen zur Sprache und zwar aus allen Lebensbereichen: Arbeit, Familie, Körper, Sinn oder Selbstverwirklichung. Weil wir alle einzigartig sind, gibt es auch so viele unterschiedliche Themen, wie es Menschen gibt. Die Spannungsfelder in denen wir alle mehr oder weniger stehen, sind sich zwar ähnlich, die einzelnen Anliegen immer individuell. Typische Themen sind:

- Stressmanagement
- Konfliktfähigkeit
- Karriereplanung unter Beachtung der persönlichen Orientierung
- Mitarbeiterführung
- Sinnfragen
- Selbstwertgefühl stärken
- Burnout Prävention
- Probleme mit Vorgesetzten oder Kollegen
- Standortbestimmung in der Berufs- bzw. Lebensbiografie
- Gestaltung und Umsetzung persönlicher Entwicklungsprozesse
- allgemeine Persönlichkeitsentwicklung
- ausgeglichene Lebensbalance, Work-Life-Balance
- Leistungserwartungen und -erbringungen im Unternehmen
- Begleitung bzw. Vorbereitung von Umbruchsituationen
- Begleitung in Krisensituationen
- Begleitung und Reflexion individueller Veränderungswünsche
- Spezielle, konkrete Aufgaben wie z. B. Präsentation, Gespräche
- Selbstführung



*Das schönste und wichtigste Ziel ist es, ...*



Foto: fotolia



## DAS SOLLTE IHRE ZIELSETZUNG ALS COACHIN SEIN:

Durch die gemeinsame Arbeit soll der Klient an Klarheit, Handlungs- und Bewältigungskompetenz gewinnen. Coaching ist eine handlungsorientierte hilfreiche Interaktion.

Auf einen Nenner gebracht, geht es immer darum, eine höhere Lebensqualität zu erreichen, wie glücklicher und gesünder am Leben teilzunehmen, oder um den Gewinn an verschiedenen Sichtweisen und Handlungsmöglichkeiten.

Durch das Coaching sollen Veränderungs- und Selbsterkenntnisprozesse ermöglicht werden. Die zentrale Auffassung dabei ist, dass jeder Mensch bereits über alle Ressourcen verfügt, die er benötigt, um seine Anliegen zu lösen.

Wissenschaftlich ausgedrückt: Ziel ist die Förderung der Selbstreflexion sowie das Erreichen der selbstgesteuerten Verbesserung der Wahrnehmung, des Erlebens und Verhaltens des Coachee bzw. des Klienten.



*Als CoachIn sind Sie der Verschwiegenheit verpflichtet. Dies gilt auch während der Ausbildung. Wichtig ist: Coaching ist keine Heilkunde, sondern ist als Beratungsleistung zu sehen, die sich außerhalb der Heilkunde befindet.*



## DAS SOLLTEN SIE ALS VORAUSSETZUNG ZUR AUSBILDUNG MITBRINGEN:

Abgeschlossene Ausbildung/Berufsausbildung sowie mehrere Jahre praktische Berufserfahrung. Erfahrung im Beratungs-, Personal- bzw. Trainingsbereich und/oder als Führungskraft sind von Vorteil.

Leidenschaftliches Interesse an dieser Top-Level-Coaching-Ausbildung incl. Gesang, Musik respektive Klang. Ihnen ist bewusst, dass eine solche Ausbildung anstrengend ist und von Ihnen Energie einfordert. Das heißt unter anderem:

- Sie können die vorgegebenen Ausbildungstermine einhalten
- Sie führen eigene Coaching-Sitzungen mit Übungs-Coachees während der Ausbildung und zwischen den Modulen durch
- Sie können die Übungseinheiten zwischen den Modulen durchführen. Diese dienen der Wissensvermittlung, zu Übungszwecken im allgemeinen als auch zur Selbstreflexion

Unabdingbar ist die persönliche Integrität, so gehören die eigene Selbstreflexion, -wahrnehmung und -selbstregulation zu Ihren natürlichen inneren Werkzeugen, die Sie zu einer ausgeglichenen, wertschätzenden und umgänglichen Persönlichkeit machen. Sie sind sich bewußt, daß diese Ausbildung keine Therapie ist. Für Ihre psychische und physische Eignung übernehmen Sie selbst die Verantwortung.

## ETHIK

Es gelten die Ethik-Maßstäbe und Hinweise für ehrbares Geschäftsgebahren des Deutschen Bundesverbandes Coaching (DBVC) sowie des Deutschen Fachverbandes Coaching (DFC).



MARTINA M. SCHUSTER - BACKSTAGE & VITA

#### AKADEMISCHE AUSBILDUNG:

- BWL-Studium Universität München
- Interdisziplinärer Studiengang: Psychologie, Universität München
- Abschluss: Dipl. Kaufmann

#### BERUFLICHER WERDEGANG UND BERUFSERFAHRUNG:

- Gründung der ConAquila GmbH (2009) Geschäftsführung
- Gründungsmitglied einer international tätigen Unternehmung. 12 Jahre Vorstandsmitglied bis 2008.

#### WEITERFÜHRENDE ZUSATZAUSBILDUNGEN:

- Individual Coach und psychologische Managementtrainerin
- Trainer- und Moderationsausbildung, IHK
- Area Management China, China Forum Bayern in Kooperation mit der EU
- Zertifizierung und Lizenzierung zur Persolog-Persönlichkeitstrainerin
- Businesscoach, IHK zertifiziert, München
- Emotional Balance und Top Coach Training, Bologna, Dr. med. R. Martina
- EMDR Coach (VDH/DGMT)
- Seminarleiterin „Autogenes Training“
- Singleiter „Heilende Kraft des Singens“, W. Bossinger (Gründer Singende Krankenhäuser e. V.)
- Klangheilerausbildung „Heilinstrument Stimme“
- Musiktherapeutin

#### FRÜHER BIS JETZT UND MORGEN

- Leitung von Kinder- und Jugendgruppen
- Organisation von Benefiz-Konzerten und Theaterveranstaltungen
- Veranstaltungen: Coaching und Gesang als „Mitsingkonzerte“



## AGBs

Die aktuellen Allgemeinen Geschäftsbedingungen stehen für Sie auf unserer Seite zum Download bereit. Gerne übersenden wir Ihnen diese auch.

Impressum:

ConAquila GmbH

Geschäftsführung: Martina M. Schuster

E-mail: [info@conaquila.com](mailto:info@conaquila.com)

Sitz: 85399 Hallbergmoos, Tel. 0811 94800

Bildnachweise:

Martina M. Schuster und Fotolia

## IHR KONTAKT ZU MIR

cell 0151 230 54 703

fon 0811 94800.

e-mail [info@conaquila.com](mailto:info@conaquila.com)

Ich freue mich auf Sie!

Martina M. Schuster





