



PIKO DE Coaching

Workshop

**Lerne eine Selbstcoaching-Methode, die Ordnung in
die Salsa des Lebens bringt**

Pico de Gallo (aus Wikipedia, abgerufen am 15.01.2019)

- * **Pico de gallo** [['piko ðe'gaɫo](#)] ([spanisch](#) für „Hahnenschnabel“) ist eine frische Würzsauce aus gehackten [Tomaten](#), [Zwiebeln](#) und [Chili-Schoten](#) (typischerweise [Serrano-Chilis](#) oder [Jalapeños](#)). Der [Salsa](#) können aber auch andere Zutaten beigefügt sein, wie [Limetten-](#) oder [Zitronensaft](#), [Korianderblätter](#), [Avocado](#), [Gurke](#) und [Radieschen](#).
- * In einigen Regionen [Mexikos](#) bezeichnet der Name *Pico de gallo* auch einen mit Limettensaft und einem salzigen Chilipulver gewürzten Obstsalat, während die Salsa dort eher *Salsa picada* („gehackte Sauce“) genannt wird oder auch *Salsa Mexicana*, weil sie die Farben der [mexikanischen Flagge](#) Rot (Tomate), Weiß (Zwiebel) und Grün (Paprika) enthält.
- * *Pico de gallo* kann wie andere mexikanische Salsas oder [indische Chutneys](#) verwendet werden. Da es jedoch dickflüssiger ist, kommt es auch als Hauptzutat in Gerichten wie [Tacos](#) und [Fajitas](#) vor.

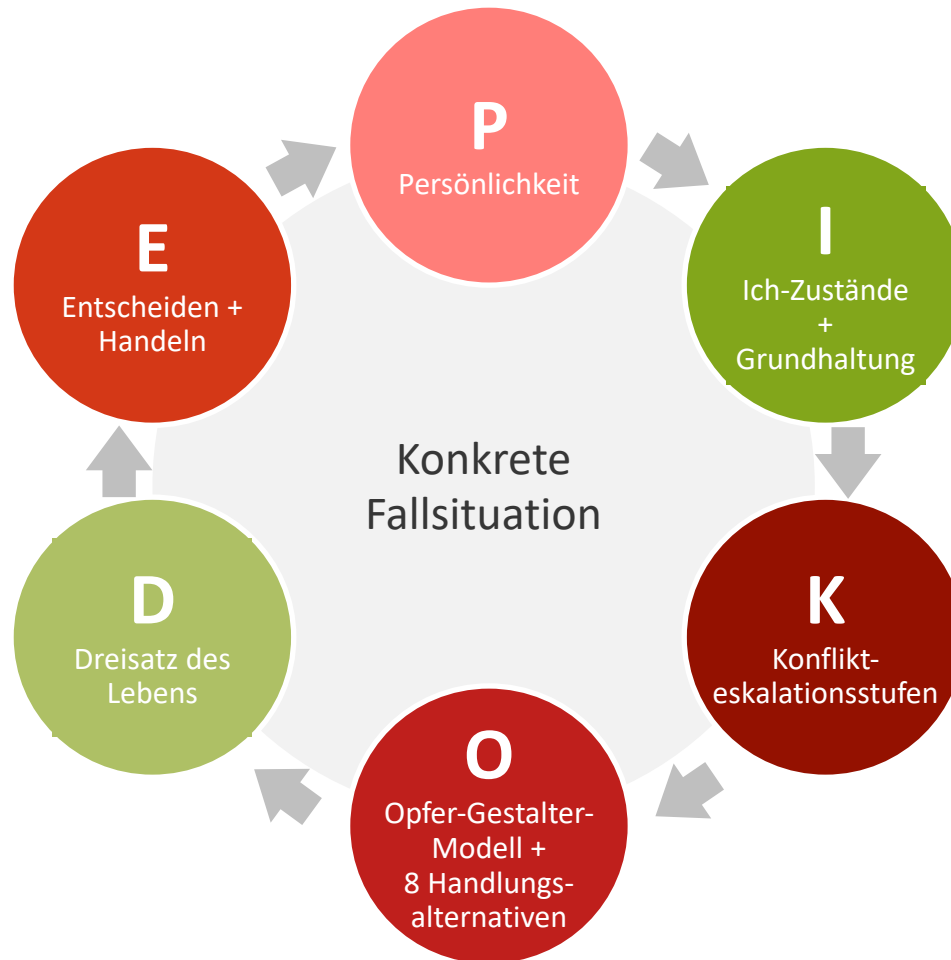


Was hat eine Würzsauce mit Coaching zu tun?

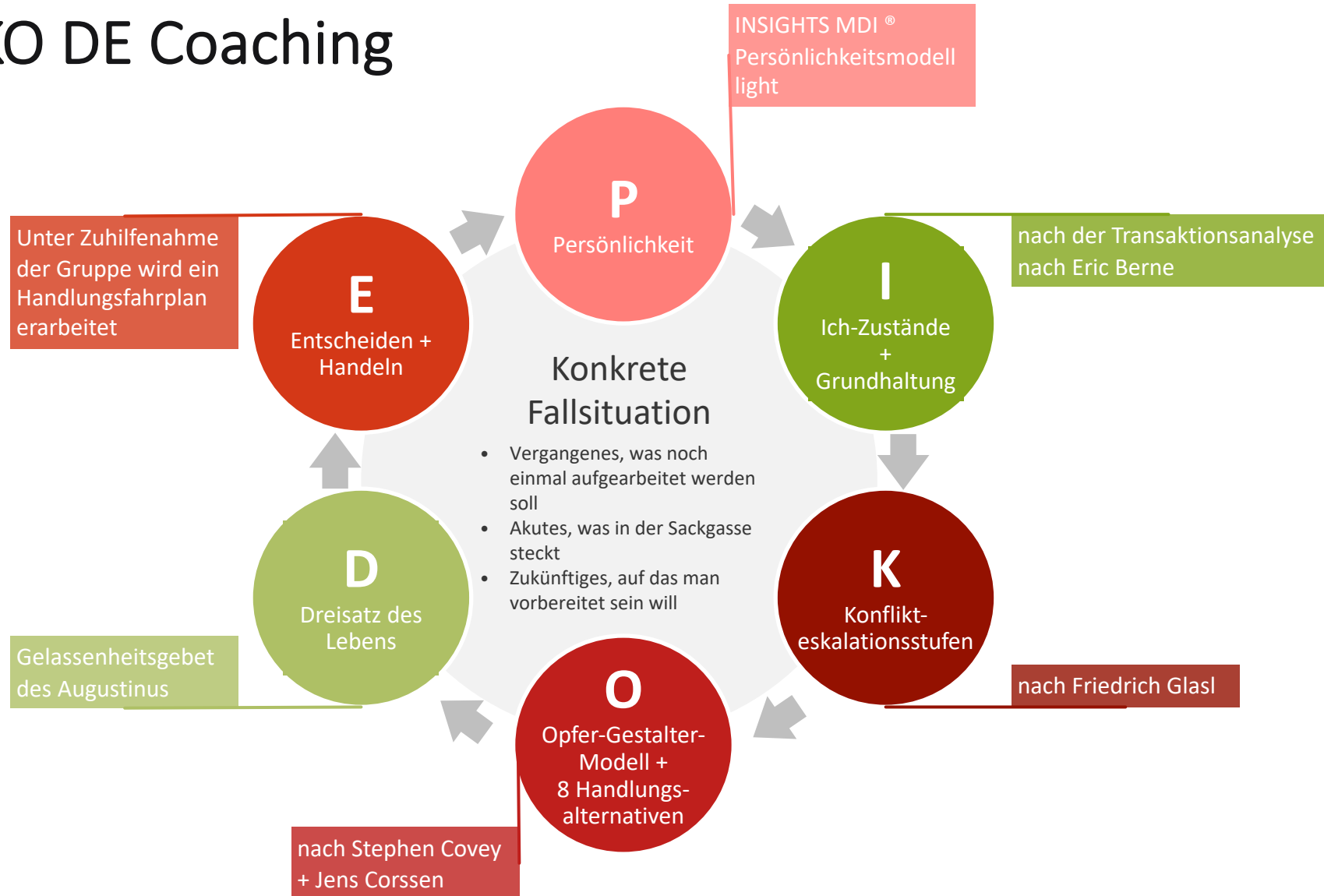
- * Das Leben erscheint uns mit seinen Herausforderungen sicher auch oft wie ein Sammelsurium von unterschiedlichsten Zutaten. Und Konflikte – ob am Arbeitsplatz oder im Privatleben – bringen des Öfteren eine Würze in diese Sauce hinein, auf die wir gerne verzichtet hätten.
- * Meine über Jahre entwickelte Coaching-Methode setzt sich aus 6 Schritten und dahinterliegenden bekannten psychologischen Modellen zusammen, die hunderten von Teilnehmern in meinen Seminaren direkt umsetzbare Ergebnisse geliefert haben und zu einer Klärung der manchmal unüberschaubaren ‚Sauce‘, die das Leben eben manchmal anrührt, beiträgt.
- * Von Pico de gallo zu PIKO DE Coaching: P I K O D E – aus diesen Schritten setzt sich meine Coaching-Methode zusammen, die ich nun erstmalig in einem kompakten Workshop anbiete.



PIKO DE Coaching



PIKO DE Coaching



Welche Fallsituationen eignen sich?

- * Im Grunde jede Situation mit einem oder mehreren anderen Menschen, in die Du immer mal wieder gerätst und in der Du Dich – aus welchen Gründen auch immer – nicht wohl fühlst.
- * Dies können wiederkehrende offene Konfliktsituationen am Arbeitsplatz oder im Privatleben sein.
- * Doch auch kleine „Zickereien“ oder Unstimmigkeiten, die Du noch gar nicht als Konflikt bezeichnen würdest, Dich aber trotzdem beschäftigen, können bearbeitet werden.
- * Es kann sich hierbei um ganz akute Situationen handeln.
- * Eine nachträgliche Bearbeitung von bereits „abgehakten“ Situationen, bringt jedoch auch meist einen großen Lerneffekt für zukünftige vergleichbare Situationen und hilft, diese Situation wirklich abzuschließen.
- * Eine Vorbereitung auf eine Situation, die potenziell konfliktär werden könnte, eignet sich ebenso.

Beispiele:

- * Ärger über die Führungskraft, die NIE grüßt.
- * Die Kollegin muss immer wieder an die Erledigung einer bestimmten Aufgabe erinnert werden – das nervt.
- * Nachdem Du den Kollegen auf seine Unpünktlichkeit angesprochen hattest, herrschte „Krieg“. Gut, dass er kurz danach eh gekündigt hat. Doch was ist in dem Gespräch damals eigentlich so schief gelaufen?
- * Der Lebenspartner lässt ständig die Zahnpasta offen und überhaupt... – da muss ein Gespräch her. Nur wie?



Welche Fallsituationen eignen sich nicht?

- * Fallsituationen, die quasi nur in Deinem eigenen Kopf stattfinden und an dem keine anderen Menschen beteiligt sind, eignen sich für dieses Coaching nicht so gut – hierfür empfehle ich meinen Workshop zur [„Inneren Mannschaftsaufstellung“](#).



Was bringt mir der Workshop?

- * Du beleuchtest Deine eigene Fallsituation und erarbeitest einen konkreten Handlungsfahrplan zur Umsetzung nach dem Workshop.
- * Du lernst die Methode des PIKO DE Coaching und die dahinter liegenden psychologischen Modelle kennen und kannst so auch nach dem Workshop eigene weitere Situationen damit selbst coachen.
- * Du bekommst Rückmeldungen aus der Gruppe und fungierst selbst als Berater für andere – daraus lernst Du weitere Handlungsfelder für die Methode kennen und vernetzt Dich.



Was kann der Workshop nicht?

- * Der Workshop dient dazu ggf. festgefahrene Situationen unter Anleitung und mit neuen Methoden zu beleuchten und in der Gruppe Ideen für veränderte Verhaltensweisen zu entwickeln.
- * Die Umsetzung Deines erarbeiteten Handlungsfahrplans ist nicht Teil des Workshops.
- * Der Workshop kann kein Ersatz für ein individuelles Einzelcoaching sein, da hier gemeinsam in der Gruppe nach einem speziellen methodischen Fahrplan gearbeitet wird.
- * Der Workshop liefert KEINE ausführliche INSIGHTS MDI®-Persönlichkeitsanalyse, sondern gibt lediglich eine Idee über unterschiedliche Persönlichkeitstypen.
Wenn Du Interesse an einer ausführlichen Analyse hast, sprich mich aber gerne an.



Rahmenbedingungen

* Teilnehmer

- * mind. 3, max. 6 Teilnehmer pro Workshop
- * müssen sich im Vorfeld eine konkrete Fallsituation überlegen, die bearbeitet werden soll
- * sollten offen für Arbeit in der Gruppe sein und Lust am Austausch mit anderen Menschen haben

* Ort

- * Holtenauer Str. 92, 24105 Kiel

* Investition

- * 120,- € (inkl. MwSt. + Buchungsgebühren)
- * EARLY BIRD: 99,- € (inkl. MwSt. + Buchungsgebühren)
- * Im Preis enthalten:
Workbook, Kaffee, Tee, Wasser & Kekse.
Und natürlich Tortilla-Chips mit Pico de gallo. ;-)
Bei weiteren Verpflegungswünschen sorgen Sie bitte gut für sich selbst.

* Zeitinvestition

- * 1 Freitag Nachmittag
- * 16:00 – 21:00 Uhr (inkl. Pause)



Workshop-Termine in 2019

* 29.03.2019

* 24.05.2019

* 13.09.2019

* 08.11.2019

* Jeweils von 16:00 - 21:00 Uhr



Anmeldung

- * Die Anmeldung erfolgt über eventbrite.
- * [Hier](#) kann man sich ganz unkompliziert anmelden und direkt online bezahlen.



Ich freue mich auf Dich!

Jasmin Schümann

Holtenauer Str. 92

24105 Kiel

www.jasmin-schuemann.de