

**Birgit Siegle, Coach des IfW wird interviewt von  
Tanja Weber am 05. Juli 2011**

*TW: Wie bist Du Coach geworden bzw. zum Coaching gekommen?*

**BS:** Zum Coaching bin ich gekommen, weil ich während der 3-jährigen Ausbildung zur begleitenden Kinesiologin erkannt habe, dass ich ein großes Einfühlungsvermögen entwickeln und eine Atmosphäre schaffen kann, die Vertrauen bildet. Also vom Klienten zu mir. Und dass ich dadurch viel bewegen kann.

Zum Coaching bin ich auch gekommen, weil ich gemerkt habe, dass immer mehr Menschen *mich* ansprechen und über ihre Themen mit mir sprechen wollen.

Die Ausbildung ist zertifiziert und anerkannt von der Deutschen Gesellschaft für Kinesiologie (DGAK).

*TW: Was zeichnet Dich als Coach aus?*

**BS:** Mich zeichnet aus, dass ich auf ganz besondere Weise zuhören kann und dadurch in der Lage bin, die richtigen Fragen zu stellen und die richtigen Schlüsse zu ziehen. Die dann wieder den Klienten anregen bzw. in die Lage versetzen, neue Kenntnisse für sich zu gewinnen. Mich zeichnet auch aus, Dinge auf den Punkt zu bringen. Oftmals auch, das Wesentliche zu erkennen und das Ganze in einem größeren Rahmen dem Klienten zu verdeutlichen, so dass er einen anderen Blick, einen größeren Blick auf die Situation bekommt.

*TW: Mit welchen Methoden arbeitest Du?*

**BS:** Ich arbeite mit den Methoden der Transformationskinesiologie, des Touch for Health, der Energetischen Anatomie und dabei ist das Handwerkszeug – wie stets bei kinesiologischen Methoden – der Muskeltest.

*TW: OK, also wenn ich das richtig verstanden habe, sind das alles kinesiologische Methoden. Das Dach Deiner Methoden findet sich in der Kinesiologie. Hier gibt es verschiedene Richtungen, aber alles wird mit Hilfe des Biofeedbacksystems umgesetzt?*

**BS:** Ja, es wird mit diesem Muskeltest – der ein Biofeedbacksystem darstellt – umgesetzt. Dieses Biofeedback kommt aus den Ebenen der Persönlichkeit und bringt mehr Bewusstsein in verborgene und hinderliche Überzeugungen und überholte Gedankenmuster, die uns dann beim entsprechenden Reiz nur reagieren lassen anstatt uns in´s aktive, bewusste Handeln kommen zu lassen.

*TW: Die Kinesiologie dient also – unter anderem – dazu, bestimmte Dinge ins Bewusstsein zu holen, die man so nicht parat hat. Man kann dadurch Muster oder Überzeugungen oder Entscheidungen finden, die man ins Unterbewusstsein „geschaufelt“ hat, die einen aber am aktiven Handeln hindern?!*

**Birgit Siegle, Coach des IfW wird interviewt von  
Tanja Weber am 05. Juli 2011**

**BS:** Ja, genau. Oder alte, längst überholte Muster, die aber immer noch wirken. Wenn jemand z.B. immer noch auf seinen Märchenprinzen aus der Kindheit wartet, der auf dem weißen Pferd daher kommt, dann kann es sein, er muss sehr lange warten oder es trifft gar nie ein. Solche Träume gehören angepasst auf die heutige Zeit, auf die jetzige Realität, in der wir uns befinden, auf unser jetziges Leben passend verändert. Solche alten Wünsche und Vorstellungen können manchmal hinderlich sein.

*TW: Dankeschön. Wie muss ich mir denn konkret so einen Coaching-Prozess vorstellen? Wenn ich zu Dir komme, wie läuft ein Coaching-Termin oder auch ein ganzer Coaching-Prozess dann ab?*

**BS:** In der Regel kommt ein Klient nicht mit einem konkreten Ziel zu mir, sondern eher mit einer Problemstellung oder einer Herausforderung. Meist sind es Probleme, die dann, wenn wir sie besprechen, eher zu einer Herausforderung werden, was eine ganz andere Qualität besitzt. Ein Problem hält uns so – bildhaft gesprochen – in einer Art Schüssel, in der wir nicht über den Rand hinaus sehen können. Bei einer Herausforderung jedoch gewinnen wir schon ein klein wenig Distanz und wir können auf eine Situation mit Abstand schauen. Das Coaching läuft folgendermaßen: wir unterhalten uns, was ist das richtige Ziel, diesem Ziel wird die Energie folgen. Und wir finden genau den richtigen Zielsatz, mit dem wir dann arbeiten. Arbeiten heißt in dem Fall, wir unterhalten uns und finden über den Muskeltest Situationen oder Bilder, die im Zusammenhang mit dem Ziel, mit dem wir im Moment arbeiten, stehen. Und daraus entstehen Erkenntnisse. Und über diese Erkenntnisse kommt man zu neuen Wegen. Ein ganz wesentlicher Punkt ist, dass alte Muster, die vorher unbewusst waren, dadurch bewusst werden. Wenn diese also ins bewusste Erinnerungsvermögen kommen, dann kann man mit ihnen aktiv umgehen. Man kann sie im Alltag wiedererkennen und hat die Wahl, zu entscheiden, folge ich diesem alten Muster oder wähle ich jetzt das Neue?!

Das Wunderbare an der kinesiologischen Arbeit ist, dass jeder Klient seine eigenen Wahrheiten erkennt, auch wenn sie ihm jetzt gerade vielleicht gar nicht „dienlich“ sind. Es ist ein Wiedererkennen da und in aller Regel eine Erleichterung, das dann auch los lassen zu können. Dadurch, dass es eben bewusst geworden ist und durch balancierende Teile der kinesiologischen Arbeit.

Und ebenso großartig ist, dass man sich nie in Spekulationen ergeht. Nicht: „Könnte es sein, dass sie gefühlt haben ...?“ oder: „Haben sie vielleicht gedacht ...?“ oder: „Geht's vielleicht in die Richtung .?“, sondern: dadurch, dass wir den Muskeltest haben, (das Befragen des Muskels, der auf Stress reagiert) haben wir einen Wegweiser, ob wir immer noch beim „richtigen“ Thema sind, ob das eine oder andere so zutrifft, ob das System dieser Aussage zustimmt oder nicht, ....

**Birgit Siegle, Coach des IfW wird interviewt von  
Tanja Weber am 05. Juli 2011**

Über eine energetische Balance wird eine Harmonie- und eine Energiesteigerung in Richtung Ziel in die Wege geleitet. Und das Ganze wird auch „überprüft“, indem man die alten, musterhaften Sätze, die ich vorher notiert hatte wieder spricht und das System dem nicht mehr zustimmt (über den Muskel). Also den „negativen“ Aussagen nicht mehr zustimmt. Damit kann der Klient mit einer klaren Selbstverständlichkeit eine neue Formulierung, eine neue Wahrheit für sich selbst finden. Das, was der Klient für sich mitnimmt und ins Leben tragen kann, ist eine ganz neue Perspektive. Eine hohe Motivation, sein Ziel wirklich erreichen zu wollen und das mit Leichtigkeit. Der Klient geht nach Hause mit der Überzeugung: „Ja, ich kann!“.

*TW: Das hört sich gut an! Was mich noch interessieren würde: wo liegen Deine Schwerpunkte, gibt es bestimmte Themen, die ganz besonders wichtig sind bzw. wo liegen Deine Stärken im Coaching-Prozess?*

**BS:** Meine Stärken liegen in der Persönlichkeitsentwicklung, die letztendlich zum Ziel ein wirkliches Selbstmanagement hat. Themen sind bei mir das Stressmanagement, Burnout, Psychoneuro-Immunologie und auch die Verbindung zwischen Pferd und Reiter. Ein ganz anderes Gebiet, aber ebenfalls ein hochinteressantes.

*TW: Was gefällt Dir daran, ein Coach zu sein?*

**BS:** Für mich ist Coach zu sein eine sehr erfüllende Tätigkeit. Die Menschen begleiten zu dürfen auf dem Weg zu ihrem vollen Potential und immer wieder die Freude und Zuversicht bei ihnen zu sehen, das ist ein wundervolles Gefühl.

*TW: Ja, dann kommen wir zur letzten Frage: Wen würdest Du gerne einmal coachen? Gibt es jemanden, von dem Du denkst, der oder die müsste mal zu mir kommen!*

**BS:** Ich würde gerne die „Großen“ der Welt coachen, das heißt eigentlich, die großen Entscheider. Denn je authentischer wir werden, je mehr wir zur Klarheit in uns kommen, umso mehr können wir auch wirklich gute Entscheidungen für alle treffen und so kommen wir immer mehr zu einem „WIR“.

*TW: Vielen Dank, Birgit, für dieses aufschlussreiche Gespräch!*