

# Die Frau für den nächsten Schritt

Ulrike Bach

- Studium zur Diplom-Sozialpädagogin (FH)
- Aufbaustudiengang zur Qualitätsbeauftragten für Weiterbildung
- Heilpraktikerin Psychotherapie
- Weiterbildung zur Fachtherapeutin für Psychosomatik
- zertifizierter The Work TM Coach
- zertifizierter Systemischer Business Coach
- Business-Management-Coach
- Partner- und Familien-Coach
- Beraterin für Existenzgründungen
- Reiss Profil Master
- mehrjährige Berufserfahrung in einer Unternehmensberatung

Ihre Ausbildungen lesen sich wie ein Studienführer (siehe Kasten): Heute ist Ulrike Bach „die Frau für den nächsten Schritt“ – so ihr Slogan. Die Trainerin, Therapeutin, Beraterin und Coach (je nach Bedarf) hat ein Ziel: „Sich selbst bewusst führen, damit Sie Ihr Leben erleichtern – Leben genießen“. Ihr Angebot richtet sich an Personen und Institutionen, die ihr Leben selbst gestalten und sich selbst bewusst führen wollen.

## Gleich mal zu Anfang gefragt: Warum die Frau für den nächsten Schritt?

Ulrike Bach: Ich möchte, dass meine Klienten nach meinem Coaching, Beratung oder Training relativ schnell autonom weiter laufen. Daher ist auch die Verweildauer meiner Sitzungen recht gering. Durchschnittlich kommt der Klient dreimal zu mir, dann läuft er alleine weiter. Das kann sich wie in einer Prozessbegleitung in Phasen wieder holen. Ich bin immer nur seine Unterstützung für den nächsten Schritt.

## Was unterscheidet Sie von anderen Coaches oder Trainern?

Ulrike Bach: Mein Besonderheits-Merkmal ist, dass ich meinen Klienten meine Instrumente zu Selbstcoaching-Instrumente umwandle, an die Hand gebe und sie anleite damit autonom umgehen zu können. Der eine nennt es geschäftsschädigend, ich sehe es als Pflicht an, meinen Klienten die Unabhängigkeit zu lassen.

## Aber kommt dann nicht jeder Klient nur einmal?

Ulrike Bach: Das ist wie mit der Frisur. Eine zeitlang lang komme ich zurecht wenn ich mir das Pony nach schneide, doch irgendwann muss auch der Hinterkopf geschnitten werden. Der ist für mich nicht so gut zu erreichen und ich gehe zum Friseur. Im Coaching ist es ähnlich, vieles kann ich mit mir selbst ausmachen, aber bestimmte Themen sind für mich nicht so ersichtlich und ich stoße an Grenzen und dann ich gehe zu einem Coach.

*„Ich verdiene gerne Geld, aber nicht um jeden Preis.“*

## Wie sind Sie zum Coaching gekommen?

### Woher rührt eigentlich Ihre Affinität zum Coaching?

Ulrike Bach: Ich unterscheide zwischen Training, Beratung und Coaching. Beratung und Training habe ich in meiner langjährigen Praxis als Unternehmensberaterin gelernt, dann kam meine Coach-Ausbildung hinzu. Bei allen drei Richtungen ist es wie bei einem guten Kochrezept: Erst wenn ich das Grundrezept beherrsche, kann ich mit dem experimentieren/ mischen der Komponenten anfangen. Das Coaching habe ich mit dazu genommen, weil es im Gegensatz zum Training und Beratung kein Wissen vermittelt, sondern durch strukturierte Fragen das eigene Wissen und die Lösung aus dem Klienten hervorbringt. Dies ist oft für eine mittel- bis langfristige Lösung stabiler und sinnvoller, da es von dem Klient besser angenommen und beibehalten werden kann,

## Stehen Sie gewissen Schulen im Coaching nahe?

Ulrike Bach: Der systemischen Ansatz begleitet mich in meiner ganzen Arbeit. Hierbei ist unter anderem das Resonanz-Prinzip sehr wichtig, das besagt, „Was ich in die Welt ausstrahle/ abgebe, kehrt zu mir zurück“ oder einfacher „Wie man in den Wald hinein ruft...“. Wir haben sehr viele Möglichkeiten, durch unser Denken und Handeln Situationen zum positiven zu verändern, nutzen es jedoch kaum.

**„Veränderungen können Spaß machen und leicht werden.“**



**Wie sagt Watzlawick so schön: Wessen einziges Instrument ein Hammer ist...**

Ulrike Bach: So unterschiedlich die Menschen sind, so unterschiedlich sind auch ihre Werkzeuge. In meiner ausführlichen Auftragsklärung lege ich fest, welche Instrumente wir für den Klient aus meinem Werkzeugkoffer wählen. Wichtig ist, mehrere Instrumente gut zu beherrschen. Trotzdem kann es vorkommen, dass das passende für den Klient nicht dabei ist, dann ist es wichtig Kooperationspartner an der Hand zu haben die diese praktizieren..

**Ist für Sie der Psychoanalytiker als Coach eine gute Alternative oder eher eine Reizfigur?**

Ulrike Bach: Per definitionem ist der Analytiker kein Coach – er analysiert und berät. Der Coach führt in den Lösungsprozess und strukturiert durch Fragen bis zum Ziel!

**Thema Abgrenzung: Von vielen Seiten kommen doch immer wieder die Leichtmatrosen angelaufen, reißen die Fenster auf und schreien: Wir sind auch Coachs! Wir Farbberater, Waschbrettbauchstylisten und Kaffeesatzleser.**

Ulrike Bach: Es gibt Berater oder Coach die nur Wochenend-Workshops absolviert haben und gut sind. Andererseits gibt es auch Kollegen, die eine jahrelange Ausbildung genossen haben und trotzdem nicht helfen können. Ebenso zeigt sich ein umgekehrtes Bild, dann trennt sich die Spreu vom Weizen. Wer entscheidet, ist letztendlich der Kunde!

**Die Finanzkrise – oder wie Sie sagen – die K-Phase bringt ja Einiges in Bewegung. Stellen wir jetzt womöglich fest, dass Coaching eine Schönwetter-Veranstaltung war?**

Ulrike Bach: Nein, ich gehe davon aus, dass sich „Coaching“ etablieren und dass es einmal

ein geschützter Begriff wird. In einigen Jahren sagt man ganz selbstverständlich: „Ich gehe jetzt zu meinem Coach“. Wichtig an der K-Phase (Finanzkrise) ist, dass wir lernen, dass wir in Phasen leben. Flexibilität ist gefragt. Dazu ist Coaching das Mittel der ersten Stunde!

**Picken Sie sich jetzt mal die Rosinen heraus aus Ihren vielen Angeboten. Welche sind das?**

Ulrike Bach: Ich arbeite gerne mit dem REISS-Profil oder mit den Erkenntnissen aus dieser Motiv-, Antriebs- und Persönlichkeitsprofil. Wenn ich schätzen sollte erleichtert das REISS-Profil sicherlich das Leben mindestens um 50 %. Es hilft sich besser zu verstehen, Ziele zu definieren und sie zu verfolgen, es hilft in der Kommunikation mit Anderen sachlich zu bleiben, auf den Punkt zu kommen und gemeinsam Ziele zu erreichen und vieles mehr. Eben eine Rosine!

ANZEIGE



**Ulrike Bach**  
...die Frau für den nächsten Schritt!  
Potenzial: Profiling | Coaching | Training

**... sich selbst bewusst führen,**  
damit Sie Ihr  
**Leben erleichtern –**  
**Leben genießen**

Lützowstraße 25  
86167 Augsburg

Tel. 08 21 | 79 47 745  
Fax 08 21 | 79 47 756  
Handy 0 160 | 97 83 19 28

info@ulrikebach.de  
[www.ulrikebach.de](http://www.ulrikebach.de)