

Wie wirkt Körperwahrnehmung im Coaching?

Studie zu Interozeption im Coaching



Überblick

Interozeption bezeichnet die bewusste und unbewusste Wahrnehmung des inneren körperlichen Gesamtzustandes und lässt sich unter anderem über verschiedene Dimensionen der Selbstwahrnehmung (körperlich, emotional und kognitiv) erfassen.

Die Studie wird vom Institut für Angewandte Psychologie der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) in Zusammenarbeit mit dem IBP Institut für Körperpsychotherapie durchgeführt. Es wird untersucht, ob und inwiefern interozeptionsfördernde Interventionen Einfluss auf Coaching-Outcomes haben.

Wen suchen wir für unsere Studie?

Coach:innen mit einer (fast) abgeschlossenen, mindestens 1-jährigen, von einem Berufsverband anerkannten Coachinausbildung, die bereit sind, ihre Coachees / Coachingprozesse wissenschaftlich zu begleiten.

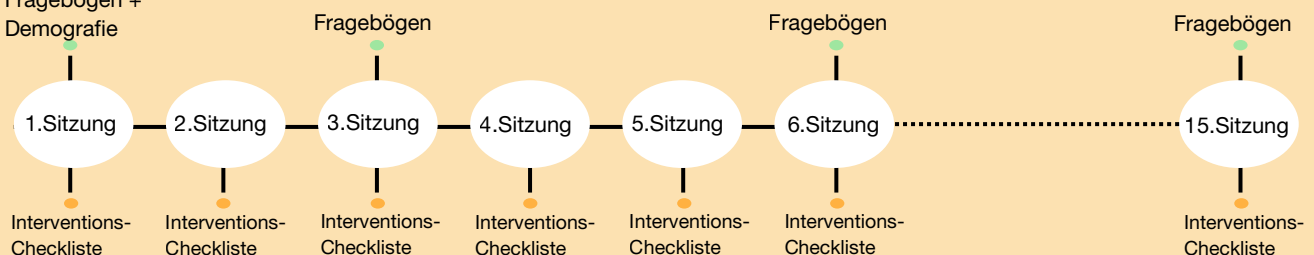
Aufwand

Für Coach:innen

- Teilnahme an einem Briefing / Info-Videocall (ca. 15 min)
- Informieren und Begleiten von selbst ausgewählten Coachees
- Ausfüllen einer kurzen Interventions-Checkliste nach den Coachingsitzungen (ca. 1-3 Minuten)

Coachee

Fragebögen +
Demografie



Coach:in

Für Coachees

- Einwilligung, ihre Coachings wissenschaftlich begleiten zu lassen
- Nach jeder 3. Sitzung und 3 Monate nach Abschluss des Coachings: Ausfüllen von Fragebögen zu Selbst-/Körperwahrnehmung, Befinden und Ressourcen (ca. 15 Minuten)

Was bringt Ihre Teilnahme?

- Möglichkeit zur bewussteren Reflexion des eigenen Coachings
- Beitrag zur wissenschaftlichen Weiterentwicklung von körper- und wahrnehmungsorientierten Ansätzen im Coaching

Anmeldung oder Fragen

Anmeldung zur Studie:

interozeption.iap@zhaw.ch

Kontakt für Fragen zur Studie:

Dr. sc. ETH Ariane Orosz, ariane.orosz@zhaw.ch

Kooperationspartner: