

**Titel:** 75 Coachingkarten -  
Den eigenen Lebensentwurf gestalten  
**Autorin:** Denise Ritter  
**Verlag:** Beltz Verlag, Weinheim, 2020  
**Umfang:** 152 Seiten  
**GTIN:** 4019172300210  
**Preis:** 58,00 €

**Rezensentin:** © Elizabeth Kandziora, Hannover  
Systemische Beraterin, Diplom-Supervisorin (DGSv)

In den letzten Jahren sind eine Vielzahl an Bildboxen mit verschiedenen Schwerpunkten auf dem Beratungsmarkt erschienen. Hier sei beispielhaft die weite Verbreitung der entsprechenden Produkte des Zürcher Ressourcen Modells erwähnt, die vielleicht einigen LeserInnen bekannt sein dürften. Der Einsatz solcher Karten (diese hier haben allerdings einen sehr stolzen Preis von 58,-€) - und darin besteht ihr Erfolg - kann bisher unbekannte Assoziationen auslösen und damit gänzlich neue Dimensionen und Perspektiven eines Themas anregen, das um emotionale Dimension(en) erweitert wird.

Denise Ritter (Heilpraktikerin, Trainerin, Coach für Hochbegabte, Begründerin von Urbanes Coaching; systemische, humanistische und kunsttherapeutische Ausbildungen) ist in diversen Arbeitsfeldern tätig aus denen heraus sie ihre Coachingkarten entwickelt hat. Ihr Anliegen ist es, Hilfestellung und Orientierung in Veränderungssituationen zu ermöglichen. Übergangsphasen sind üblicherweise von Ambivalenzen begleitet: das bisherige Leben ist irgendwie in Unordnung geraten, es locken neue Möglichkeiten und unerwartete Perspektiven, doch ist das Neue auch gepaart mit Unsicherheiten und Irritationen.

Frau Ritters Karten sind mit urbanen Fotomotiven und einem zusätzlichen Aufdruck überraschender, ungewöhnlicher oder auch provozierender Wortkreation versehen, die diversen Ambivalenzen, bzw. um es mit Gunther Schmidt zu formulieren, Multivalenzen neue Impulse geben können.

Die Bilder-mit-Wort können, gerade durch die Kombination beider, dabei helfen, zu der verbalen Fokussierung auf Abstand zu gehen und sich der zukünftigen Gestaltung des eigenen Lebensentwurfes visuell anzunähern.

Auf der Karten-Rückseite lassen sich, so erwünscht, ergänzende Assoziationen zu möglichen Situationen und darin liegenden Herausforderungen finden. Sie enthalten Inspirierende Fragen und neue Gesprächsimpulse, die zu vertiefendem Nachdenken einladen.

Ein 40-seitiges Booklet mit dem Hinweis auf Online-Materialien eröffnet noch weitere vielfältige Einsätze der Karten z.B. auch für die Arbeit mit Gruppen und Teams.

**Hannover, den 01.12.2020**

125-2020

Rezensitionen

Elizabeth Kandziora