

Visualisierungsmethoden im systemischen Coaching



Abschlussarbeit

zur Systemischen Coaching Ausbildung (März 2025)

Inhaltsverzeichnis

Inhalt

Inhaltsverzeichnis	2
Einleitung	3
1. Teil	3
1.1. Ziel: Mehr Harmonie mit dem sozialen Umfeld.....	4
• Mit Personen auskommen, deren Verhalten stört.....	4
• Eine Partnerschaft wertschätzen	4
1.2. Ziel: Neue Wege erschließen	5
• Einen Ausweg aus komplexen Situationen finden.....	5
• Eigenverantwortlich einen Ausweg aus einer Sackgasse finden.....	5
• Sich auf einen neuen Lebensabschnitt vorbereiten	5
1.3. Ziel: Ängste und Widerstände überwinden.....	6
• Ein schwieriges Gespräch vorbereiten.....	6
• Mit einer stress- oder angstbesetzten Situation besser umgehen	6
• Abstand von einem emotional behafteten Problem bekommen	6
1.4. Ziel: Verhaltensmuster durchbrechen	7
• Eigene Verhaltensmuster durchbrechen lernen	7
• Stress durch das Bewusstmachen innerer Antreiber reduzieren.....	7
1.5. Ziel: Eigene Kräfte mobilisieren.....	7
• Verbindung zu eigenen Ressourcen herstellen	7
• Berufliche Wünsche und Stärken aufdecken.....	8
• Sich fehlende Eigenschaften von Tieren ausleihen	8
2. Teil	8
Fazit	10

Bemerkung: In der Arbeit wird zur Vereinfachung der Lesbarkeit das generische Maskulinum verwendet. Die Personenbezeichnungen gelten jedoch für alle Geschlechter.

Einleitung

Eine Ausbildung zum systemischen Coach ist der Antritt einer Reise, der Aufbruch in eine aufregende Welt. Der Reisende ist erfüllt von Neugier und Vorfreude, macht erste Entdeckungen, staunt, und merkt bereits nach kurzer Zeit, dass jeder Schritt in diese Welt ihn verändert. Zunächst hält er sich in noch in der Nähe seines Reiseleiters auf. Dieser führt ihn ein in neue Denkweisen und Mindsets, erklärt, leitet und weist hin. Und dann plötzlich ist es soweit: der Reiseleiter weist auf das Panorama, drückt dem Reisenden einen kleinen Koffer mit Aufschrift „Methoden“ in die Hand und fordert ihn auf, ab jetzt die nächsten Schritte alleine zu gehen und sich die Welt in Zukunft selber zu erschließen.

Nun sind Reisende unterschiedlich. Es gibt Backpacker, die forschen Schrittes weitergehen, selbstsicher und voller Elan, die sich im Urvertrauen der neuen Welt hingeben und bald mit schwungvollem Schritt hinter der nächsten Wegbiegung verschwinden. Und es gibt Reisende, die erst einmal innehalten. Die den Rücken strecken, gleichsam überrascht und ein wenig überwältigt ob der neuen Freiheit und auch der Verantwortung, die sie auf sich lasten fühlen. Und die, noch bevor sie die ersten Schritte machen, den kleinen Koffer aufklappen, der nun ihr Eigentum ist, und hineinspähen.

Diesen vorsichtigen Reisenden soll diese Arbeit helfen. Sie möchte den Koffer zusätzlich mit den Skizzen von einigen Anleitungen und Vorschlägen auffüllen. Für eine schnellere Übersicht wurden die dargestellten Methoden thematisch nach den Anliegen der Coachees sortiert. Dies stellt den ersten Teil der Arbeit dar. Der zweite Teil der Arbeit entwirft eine Analyse. Was haben die skizzierten Methoden gemeinsam? Zeichnet sich ein Muster ab, das sich eventuell auch auf andere Situationen übertragen lässt?

1. Teil

Ein noch wenig erfahrener Coach wird mit einer Vielzahl von Fragestellungen konfrontiert. Wir überspringen aus Platzgründen die ersten Schritte eines Coachings. Es wird also vorausgesetzt, dass es nach der Klärung organisatorischer Rahmenbedingungen dem Coach gelungen ist, die Coaching-Session in einer wohlwollenden und respektvollen Atmosphäre zu starten und in Kontakt mit dem Coachee zu kommen. Es wird ebenso angenommen, dass eine Vorarbeit stattgefunden und ein klares Ziel ausgearbeitet sowie dem Coach vom Coachee ein Auftrag erteilt wurde.

Die Methoden sind zur Strukturierung vier Ziel-Kategorien zugeordnet: Dem Bestreben, in Harmonie mit dem sozialen Umfeld zu leben, dem Anliegen, sich neue Wege zu erschließen, dem Vorhaben, seine Ängste und Widerstände zu überwinden, sowie dem Ziel, Verhaltensmuster zu durchbrechen. Die Methoden sind nur skizziert, da sie nicht als Anleitung für Coachings dienen sollen, sondern als Grundlage für die kurze Analyse im zweiten Teil dienen. Ausführliche Beschreibungen der Methoden finden sich in den Quellen.

1.1. Ziel: Mehr Harmonie mit dem sozialen Umfeld

- **Mit Personen auskommen, deren Verhalten stört**

Manche Teile des Systems, mit dem die Coachees interagieren, sind nicht direkt beeinflussbar¹. Getreu dem systemischen Ansatz, nachdem in Systemen wie in einem Mobile die Bewegung eines Teils andere Teile ins Schwingen bringt, kann durch eigenes Verhalten aber versucht werden, festgefahrene Situationen in Bewegung zu bringen. Dazu listet der Coach mit dem Coachee auf, welche Eckpunkte ihn bei der Person, mit der er Probleme hat, stören. Der Coachee wird eingeladen darzustellen, wie sich jemand theoretisch verhalten müsste, um eine solche Person zu akzeptieren, und welche dieser Verhaltensweisen der Coachee aufbringen könnte. In einem zweiten Schritt wird der Coachee eingeladen, sich in die als störend wahrgenommene Person hineinzusetzen, und deren Rolle einzunehmen, auch in den physischen Ausprägungen. Der Coachee wird dann in seiner übernommenen Rolle gefragt, wozu er sich so verhält, wie er es tut, und was er bräuchte, um sich ein wenig anders zu verhalten. In einem letzten Schritt wird der Coachee wieder aus der eigenen Perspektive heraus zu den Erkenntnissen seines Rollenspiels befragt mit dem Ziel, eigene, möglichst genau auf sein Gegenüber angepasste Verhaltensweisen des Coachees zu identifizieren, mit denen er nun versuchen kann, Einfluss auf das als störend empfundene Verhalten zu nehmen².

- **Eine Partnerschaft wertschätzen**

Bei langjährigen Partnerschaften kann Klienten das Gefühl überkommen, sich auseinander gelebt zu haben. Eine Aufstellung der gemeinsam durchlaufenen Etappen wird in der Form eines Baums visualisiert. Der Beginn der Partnerschaft wird durch die Wurzeln symbolisiert, der Stamm durch die gemeinsamen Werte und die Errungenschaften, auf die beide Partner stolz sind. Die Zukunftspläne bilden Knospen im Baum. Beide Partner werden gemeinsam mit zirkulären oder auch direkten Fragen interviewt und ihre Antworten auf den entsprechenden Baumabschnitt platziert³. Diese Vorgehensweise erinnert optisch an eine verzweigte Time-Line-Variante. Ihr Ziel ist es, dass den Partnern wieder bewusst wird, was sie eint und worauf ihre Verbindung basiert. Zudem soll es sie das Gefühl für eine gemeinsame Bewegung wiederentdecken zu lassen, so dass Freude auf das, was noch kommt, sich entfalten kann.

¹ Vgl. Radatz, 2023, S. 133.

² Vgl. Radatz, 2023, S. 234-235.

³ Vgl. Kindl-Beifuß, 2024, S. 180.

1.2. Ziel: Neue Wege erschließen

- **Einen Ausweg aus komplexen Situationen finden**

Bei komplexen Situationen kann es hilfreich sein, die Elemente des Systems sowie ihre Beziehungen zueinander zu visualisieren. Dabei können Gegenstände genutzt werden, die gerade im Umfeld greifbar sind – nahezu alles kann hier instrumentalisiert werden. Der Coachee wird angehalten, das zu untersuchende System abzubilden indem er die Objekte in einer gewissen Ordnung zueinander aufbaut. Dabei wählt er intuitiv die Größen, Farben etc., die für ihn passen und erklärt, wo das Problem liegt. Der Coach beschreibt anschließend die „Problemlandschaft“ aus seiner Sicht. Dabei achtet er darauf die Objekte zu benennen, ohne ihnen die Namen der repräsentierten Personen zu geben. Der Coachee wird eingeladen zu überlegen, wo er Veränderungen vornehmen würde, und stellt mit Hilfe des Coachs einen konkreten Aktionsplan auf⁴.

- **Eigenverantwortlich einen Ausweg aus einer Sackgasse finden**

Manche Coachees haben keine Möglichkeit, sich Rat einzuholen oder im Austausch mit ihrer Umwelt nächste Schritte abzuwägen. Hier kann ein virtuelles Team helfen. Der Klient nennt imaginäre Sparringpartner, die ihm zur Seite stehen, um eine Situation auf ideale Art und Weise zu meistern. Er visualisiert diese mithilfe von Kärtchen und Stühlen und bittet anschließend den Coachee, in die Rolle von jedem einzelnen der Sparringpartner zu schlüpfen und dem Coachee einen Rat zu erteilen. Danach wird der Klient gefragt, welche Anregungen er annehmen möchte, bzw. welche seiner Ratgeber er das nächste Mal in seiner problematischen Situation mitnehmen wird. Die Anwesenheit dieser Unterstützer wird verankert und die Verhaltensweise so konkret wie möglich geübt⁵.

- **Sich auf einen neuen Lebensabschnitt vorbereiten**

In einer Lebensphase des Übergangs kann die Visualisierung einer Brücke helfen. Nachdem die Brücke skizziert wurde, wird der Coachee angehalten, sich von der derzeitigen Situation zu verabschieden, sich zu überlegen, was er mitnehmen möchte und was nicht. Nach einer Beschreibung des neuen Ufers wird reflektiert, was auf dem Weg geschehen könnte und welche Ressourcen zur Verfügung stehen. Ein Zeitrahmen für die Überquerung wird aufgestellt, und Parameter für das Erreichen des gewünschten Ziels festgehalten. Die Brücken-Metapher kann bei nachfolgenden Coaching-Sessions immer wieder Grundlage für Fortschrittsanalysen werden⁶.

⁴ Vgl. Radatz, 2023, S. 254-255.

⁵ Vgl. Radatz, 2023, S. 250-251.

⁶ Vgl. Prohaska, 2023, S. 25.

1.3. Ziel: Ängste und Widerstände überwinden

- **Ein schwieriges Gespräch vorbereiten**

Wenn der Klient keinen Ansatz sieht, wie er ein schwieriges Gespräch führen kann, z.B. um eine Gehaltserhöhung, kann ein Rollenspiel helfen. Der Coach übernimmt hier die Rolle des Coachees, und der Klient schlüpft in die Rolle der Person, welcher er sein Anliegen unterbreiten möchte. Dabei wird der Coachee angehalten, sowohl zu beobachten, was der Coach, der hier als Experte auftritt, äußert und wie er sein Anliegen stellvertretend vorbringt, wie auch auf seine eigenen Gefühle zu achten und zu erspüren, wie es ihm als Angesprochener in der Situation geht. Anschließend wird der Ablauf der nachgestellten Situation reflektiert, bevor ein konkreter Plan für das bevorstehende Gespräch erstellt wird⁷.

- **Mit einer stress- oder angstbesetzten Situation besser umgehen**

Der Coachee wird gebeten, eine angstbesetzte Situation zu beschreiben und eine passende Metapher für die Situation zu nennen. Die Metapher sollte dabei ein Objekt sein, das sich bewegt und Laute von sich gibt (z.B. eine bedrohliche Maschine). Der Coach nimmt anschließend die Rolle der Metapher an und bewegt sich auf den Klienten zu. Die Reaktionen des Coachees auf diese „Bedrohung“ werden analysiert, eine „Wunschreaktion“ erarbeitet sowie der Weg dahin festgelegt. Abschließend wird die vom Kunden als Ideal definierte Reaktion auf die Wirklichkeit übertragen und versucht, in der realen Situation anzuwenden⁸.

- **Abstand von einem emotional behafteten Problem bekommen**

Der Coach fordert seinen Klienten dazu auf, dem Problem eine Gestalt zu verleihen in Form eines Gegenstandes, eines realen oder erfundenen Tiers oder eines Menschen. In einem zweiten Schritt soll der Coachee alle Eigenschaften (Aussehen, Verhalten, Beschaffenheit, Laute, Geruch, Umfeld etc...) der evozierten Gestalt beschreiben. Zu besserer Visualisierung und Externalisierung kann diese Gestalt gedanklich auf einen Stuhl im Raum platziert werden. Anschließend wird je nach Coaching-Ziel untersucht, was die Gestalt braucht, was sie beeinflusst, wie der Coachee am besten mit ihr umgehend kann um sie in seinem Sinn zu verändern⁹.

⁷ Vgl. Radatz, 2023, S. 226-227.

⁸ Vgl. Radatz, 2023, S. 248.

⁹ Vgl. Prohaska, 2013, S. 104,

1.4. Ziel: Verhaltensmuster durchbrechen

- **Eigene Verhaltensmuster durchbrechen lernen**

Manche Klienten leiden unter eigenen Verhaltensweisen, die in einer stets ähnlichen Abfolge von eigenen Aktionen und daraus resultierenden Reaktionen ihrer Mitmenschen bestehen. Hier kann es hilfreich sein, alle Schritte des Reaktionsschemas schriftlich festzuhalten, sowohl die Verhaltensmuster des Coachees wie die seines Interaktionspartners, sowie das immer gleiche Ende des Verhaltensmusters. Anschließend wird der Klient gebeten farblich zu markieren, zunächst wo er sein Verhalten ändern könnte, und in einem zweiten Schritt in anderer Farbe, wo er bereit wäre, sein Verhalten zu ändern. Nächste Schritte sowie eventuelle Hindernisse und Ressourcen bei der Umsetzung werden aufgelistet¹⁰.

- **Stress durch das Bewusstmachen innerer Antreiber reduzieren**

Der Coachee wird angehalten, sich einen Rucksack vorzustellen, den er ständig anhat, und der ihn belastet, weil er mit antreibenden Leitmotiven, Überzeugungen und Sätzen gefüllt ist. Die Antreiber werden notiert und auf einem Sinnbild verdeutlicht. Anschließend werden sie auf ihren Sinn und ihren Nutzen hinterfragt, sowie ihr Ursprung erforscht. In einem weiteren Schritt wird ein kleinerer Rucksack aufgemalt, aus dem einige beschwerende Sätze entfernt wurden und andere umformulierte, leichter zu schulternde Antreiber aufgenommen werden¹¹.

1.5. Ziel: Eigene Kräfte mobilisieren

- **Verbindung zu eigenen Ressourcen herstellen**

Wenn Coachees Schwierigkeiten haben, eigene Ressourcen zu finden, kann ein Übertrag von Fähigkeiten, die gut beherrscht werden, helfen. Zunächst fragt der Coach, in welchen Tätigkeiten sein Klient wirklich gut ist. Diese Tätigkeiten können aus allen Lebensbereichen stammen, dem privaten, dem beruflichen oder einem begeisternden Hobby. Anschließend wird aufgelistet, welche Schritte der Coachee dafür ausführt und welche Fähigkeiten damit verbunden sind. Schließlich untersucht der Coachee mithilfe des Coachs, wie die erfolgreichen Verhaltensmuster und die damit verbundenen Fähigkeiten zur Lösung des Problems beitragen könnten¹².

¹⁰ Vgl. Radatz, 2023, S. 240-241 sowie Prohaska, 2013, S. 50.

¹¹ Vgl. Prohaska, 2013, S. 63.

¹² Vgl. Radatz, 2023, S. 230 sowie Prohaska, 2013, S. 81.

- **Berufliche Wünsche und Stärken aufdecken**

Für Menschen, die sich beruflich orientieren möchten, kann es hilfreich sein, den Coachee in einer kreativen Umgebung aus einem bunten Angebot intuitiv Aktivitäten auswählen zu lassen. Dabei wird dem Coachee nach einer sorgsamem Einführung angeboten, sich gedanklich in eine Zirkuswelt zu versetzen und dort einen Job anzunehmen. Wichtig ist, dass er ihm Spaß machen würde und er sich für ihn begabt hält. Der Klient soll die ausgewählte Aktivität so genau wie möglich beschreiben, die eigenen Stärken zu nennen, die er aus seiner Sicht dafür mitbringt und weshalb er die Stelle attraktiv findet. Dabei geht es nicht um eine realistische Darstellung, sondern um die Vorstellung, die der Kunde von der Beschäftigung hat. Anschließend werden Erkenntnisse aus der intuitiven Wahl des Coachees gezogen¹³.

- **Sich fehlende Eigenschaften von Tieren ausleihen**

Analog können die fehlenden Eigenschaften auch als Tiere Gestalt annehmen. Dabei lädt der Coach den Klienten ein, sich z.B. anhand von Tierfiguren diejenige auszusuchen, die ihn selber und den Konfliktpartner symbolisieren könnten. Die beiden Tiere werden aufgestellt. Es folgt die Analyse des Verhaltens der beiden Tiere und ihres Zusammenspiels, ihrer Eigenschaften und Machtverhältnisse aus der Sicht des Coachees. Anschließend wird dieser eingeladen, sich ein neues Tier auszusuchen, welches er stattdessen gerne wäre. Es wird untersucht, wie sich das Verhalten des Coachees dann ändern würde, wenn er dieses Tier wäre. Abschließend folgt eine Analyse, wie der Coachee dabei unterstützt werden könnte, diese Eigenschaften zu entwickeln und zu zeigen¹⁴.

2. Teil

Die insgesamt vorangestellten Methoden bilden eine willkürliche Auswahl ab. Durch eine Analyse soll erkundet werden, welche Muster identifizierbar sind, welche bei systemischer Arbeit mit Klienten eine Grundlage bilden können. Folgende Tabelle bietet eine Übersicht über die evozierten Methoden und ihre Eigenschaften.

	Ziele	Methode in Stichworten	Kern
1	Mit Personen auskommen, deren Verhalten stört	Analyse des Probl. Verhaltens Aus Sicht der störenden Person agieren Als störende Person befragt werden Geeignete respondierende Verhaltensweisen entwickeln	Personifizieren, Reflektieren
2	Eine Partnerschaft wertschätzen	Gemeinsame Werte, Erlebnisse, Errungenschaften und Ziele als Teile eines Baums festhalten	Visualisieren des Gemeinsamen als Ressource, Sammeln, Reflektieren

¹³ Vgl. Prohaska, 2013, S. 22.

¹⁴ Vgl. Prohaska, 2013, S. 54.

3	Einen Ausweg aus komplexen Situationen finden	Gegenstände symbolisieren Elemente des „problematishen“ Systems Anordnung und Analyse Veränderungsskizze	Visualisieren der Beziehungen, Ordnen, Reflektieren
4	Eigenverantwortlich einen Ausweg aus einer Sackgasse finden	Aufstellen eines virtuellen Teams Aus Sicht der Mitglieder des Teams Rat erteilen Auswahl und Verankerung	Visualisieren von Helfern, Auswählen, Verankern
5	Sich auf einen neuen Lebensabschnitt vorbereiten	Brücke als Symbol des Übergangs Analyse von Jetzt-Zustand Imagination von zukünftigem Zustand und der Etappen bis dahin Ressourcen-Analyse	Visualisierung des Übergangs, Reflektion der Etappen, Ressourcen
6	Ein schwieriges Gespräch vorbereiten	Coachee agiert aus Sicht des Gesprächspartners Coach nimmt die Rolle des Coachees ein Gespräch wird nachgestellt Analyse auf emotionaler und kognitiver Ebene	Perspektive wechseln, Rollenspiel, Reflektieren
7	Mit einer stress- oder angstbesetzten Situation besser umgehen	Angst wird als lärmendes, bedrohliches Objekt/ als eine Maschine visualisiert Coach „spielt“ das Objekt (Bewegung) Reaktion des Coachees darauf Analyse und Lenkung, Übertrag	Visualisierung der Angst-Ursache Üben adäquaterer Verhaltensweisen, Verankern
8	Abstand von einem emotional behafteten Problem bekommen	Problem wird als belebte oder unbelebte Gestalt visualisiert und im Raum platziert Analyse der Eigenschaften, Beeinflussbarkeit	Visualisierung des emotionalen Problems Analyse dessen Eigenschaften Reaktionsmöglichkeiten
9	Eigene Verhaltensmuster durchbrechen lernen	Schematisches Festhalten der Wechselwirkung zw. eigener Reaktion und der darauffolgenden Reaktion des Interaktionspartners Suche nach Veränderungsansätzen	Abbildern der Verhaltensmuster Reflektieren, Einflussnahme
10	Stress durch das Bewusstmachen innerer Antreiber reduzieren	Bewusst machen: Leitmotive, Überzeugungen und Antriebe als Inhalt eines Rucksacks Analyse der Ursprünge der Elemente und ihrer Nützlichkeit Auswahl und Umformulierung	Visualisierung der Antreiber Analyse, Auswahl und Einflussnahme
11	Verbindung zu eigenen Ressourcen herstellen	Analyse von Kenntnissen, Begabungen, Fähigkeiten Übertrag von Fähigkeiten aus einem Lebensbereich (einem System) in den problembehafteten Bereich mit dem Ziel der Problembewältigung	Analyse von Ressourcen Übertragung
12	Berufliche Wünsche und Stärken aufdecken	Intuitive Wahl einer motivierenden Beschäftigung im Zirkumilieu Analyse der gewählten Tätigkeit und der Begabungen, die der Coachee dafür mitbringt Übertrag	Kreative Visualisierung von beruflichen Angeboten Analyse, Übertrag
13	Sich fehlende Eigenschaften von Tieren ausleihen	Symbolisieren von Konfliktpartner durch Tiere Analyse ihrer Interaktion Auswahl eines zur Konfliktlösung besser passenden Tieres Entwicklung eines der Auswahl entsprechenden Verhaltensmusters	Symbolhafte Visualisierung von Konfliktpartnern Analyse, Einflussnahme

Anhand des schematischen Überblicks ist auffällig, dass stets Visualisierungen in die Übungen mit einfließen. Die hier vorgestellten Methoden wenden Visualisierung an, um

- Eigenschaften (1, 13)
- Ängste (6, 7, 8)
- Verhaltensweisen (9, 10)
- Errungenschaften, Ressourcen (2, 4, 5, 11, 12)
- Strukturen, Gefüge (3, 5)

zu verdeutlichen. Auch Lebenswege oder Ziele werden vielfach beim systemischen Coaching visualisiert. Es ist nicht relevant, ob die entstandenen Bilder intern entstehen, oder einen materiellen, symbolischen Ausdruck haben in der Form von Bildern, Zeichnungen, Gemälden, Figuren. Der Einbildungskraft sind keine Grenzen gesetzt, alles in dem Augenblick zur Verfügung stehende kann als Hilfsmittel herangezogen werden.

Visualisierungen dienen sowohl der Analyse, um eigene und fremde Verhaltensmuster und Denkgewohnheiten aufzudecken und eventuell zu beeinflussen, wie auch der Gewinnung von Abstand bzw. dem Auslagern von unerwünschten Gefühlen. Die Vorstellungskraft kann sowohl Anteile der eigenen Persönlichkeit auslagern (z.B. indem es sie auf einen Stuhl setzt) wie fremde Anteile, sowohl erwünschte wie unerwünschte.

Voraussetzung ist dabei immer eine behutsame Einführung seitens des Coachs, um eventuelle innere Widerstände zu überwinden. Nur so wird die Gefühlswelt angesprochen und der Zugang zu dem intuitiven Wissen des Klienten hergestellt.

Fazit

Nach der Skizze verschiedener Übungen aus dem systemischen Coachingbereich verdeutlichte eine tabellarische Aufstellung, dass Visualisierungen in diesen Beispielen eine zentrale Rolle spielen. Daraus kann geschlossen werden, dass das Evozieren von Bildern gewinnbringend bei unterschiedlichsten Coaching-Zielen eingesetzt werden kann.

Trotz der hier angerissenen Methoden ist das Ziel dieser Arbeit nicht, dem noch unerfahrenen Coach eine Anleitung zu liefern, damit dieser in einer Tabelle nach der geeigneten Methode sucht. Sondern es soll diesen ermutigen, selber genauso wie sein Coachee intuitiv nach der besten Lösung zu suchen und auf sein Bauchgefühl zu achten. Alle aufgezählten Tools haben eines gemeinsam: Sie schaffen auf kreative Art und Weise einen Zugang zum intuitiven Wissen des Coachees. Sie bieten Anstöße zum Umdenken. Sie sind Hilfen um die tiefen Kerben, welche die Pfade des gewohnten Denkens geschlagen haben, zu verlassen.

Diese Arbeit hat ihren Sinn erfüllt, wenn der angehende Coach nun seinen Methoden-Koffer schnappt und die ersten Schritte in die systemische Coaching-Welt mit Zuversicht macht. Sie hat mehr als das erreicht, wenn der Reisende seinen Koffer einfach liegen lässt und kühn voraus schreitet, ein Lächeln auf den Lippen, weil ihm aufgegangen ist, dass er alles in sich trägt, was er für seine nächsten Schritte braucht.

Quellen

Sonja Radatz. Beratung ohne Ratschlag. Wolkersdorf: Literatur-VSM, 2023.
Sabine Prohaska. Coaching in der Praxis. Paderborn: Junfermann, 2013.
Carmen Kindl-Beilfuß. Einladung ins Wunderland. Heidelberg: Carl-Auer, 2024.
Bild: [Jose Antonio Alba](#) (Pixabay)