

Kommunikation

Juni 2014

Gewaltfreie Kommunikation • NLP • Business

Seminar

Coaching • Mediation • Pädagogik • Gesundheit



Beziehungs-Weise

Verbindung im Coaching



Schwieriger Klient

The Work für Coaches



Nichts tun müssen

Dornröschens Zwänge



Verlorene Zeit

Der Berater als Beschleuniger

Junfermann

Verlag

Für wen steht diese Jakobsmuschel?



Von Thomas Coucoulis

No Go Pro: Von einem der auszog, die Regeln zu brechen, und dafür Rapport bekam. Eine astreine Kausalitätskette und Konsequenzen für unsere Grenzen.

„Mein Name ist Thomas und ich bin renitent.“ Wenn es um Regeln geht, bin ich wie der bekannte Pinguin von Uli Stein. Ich bin: „Dagegen!“ Zumindest stelle ich Regeln infrage. Das war schon immer so. Ich habe zwar noch keine Selbsthilfegruppe dafür gefunden, aber ich weiß, dass dieses Phänomen erblich ist, mein Vater hat es auch. Er (Halbgriecher) gab mir (Viertelgriecher) folgendes Motto mit auf den Weg: „Ein Grieche dient niemandem, jeder ist sein eigener Anarchist.“ Mit dieser Lebenseinstellung kam mir NLP ganz recht, sind Regeln doch nichts anderes als (zumeist) limitierende Glaubenssätze, und die finden wir als NLPler ja tendenziell doof.

Geregelter Rapport mit Hindernissen

Auch für die Beziehungsverhältnisse in Coaching und Therapie gibt es Regeln, sie sollen den Rahmen für das Arbeitsverhältnis zwischen Coach bzw. Therapeut und Klient festlegen. Diese Regeln entstanden mit Sicherheit in positiver Absicht und sie dienen im weitesten Sinn dem Schutz des Klienten. Klient und Coach bzw. Therapeut befinden sich in einem Statusgefälle, denn der Klient öffnet sich gegenüber seinem Begleiter und macht sich somit verletzlich. Der Coach und Therapeut hat dadurch Macht über den Klienten, dieser befindet sich also in einem ab-

hängigen Verhältnis zum Coach und noch mehr zum Therapeuten.

Gleichzeitig sollen Regeln natürlich auch den Coach und Therapeuten in seiner beruflichen Rolle beschützen. In seiner beratenden und begleitenden Funktion erfüllt er eine bestimmte Rolle mit einem festgelegten Auftrag. So authentisch ein Coach oder Therapeut auch ist, er ist nicht gleichzusetzen mit der Privatperson, die den gleichen Namen trägt. Diese Abgrenzung schützt ihn vor zu starker Nähe zu seinem Klienten und hilft ihm, den Prozess souverän und kompetent zu steuern.

Das alles klingt in der Theorie sinnvoll, hier sollen klare Rollen eingegrenzt und andere Rollen davon abgegrenzt werden. Die Verhaltensregeln zur Regulierung der Beziehungsverhältnisse in Coaching und Therapie setzen also auch Grenzen. Und Grenzen schützen zwar auf der einen Seite, doch auf der anderen Seite behindern sie. Tja. Hindernisse schaffen Distanz und Distanz verhindert Rapport. Soweit die Kausalitätskette.

Die Verbandszeitschrift von vier heilberuflichen Berufsverbänden, das *Paracelsus Magazin*, veröffentlichte in Heft 02/2000 Leitlinien für Therapeuten zum Schutz ihrer Klienten. Beim Coaching sind die Leitlinien in groben Zügen ähnlich, wenn auch in manchen Punkten vielleicht nicht ganz so strikt. Die für mich wichtigsten, meine persönlichen Top 3 dieser Regeln, habe ich mir für diesen Artikel herausgepickt. Und weil ich renitent bin, überlege ich, warum es Sinn machen könnte, genau diese Regeln zu brechen.

Mondscheintarif

Platz 3: Keine Sitzungen zu ungewöhnlichen Zeiten und an ungewöhnlichen Orten.

Heißt das etwa, dass Coaching-Gespräche in Topless-Bars nicht funktionieren? Ist Psychotherapie vielleicht solarbetrieben und daher nur bei Tageslicht möglich?

Wer definiert überhaupt, was *ungewöhnlich* ist? Mein Ziel als Prozessbegleiter ist es doch, meinem Klienten auf seiner Landkarte zu begegnen. Wenn mein Klient ein Fan von akrobatischem Tanz ist und sich deshalb in seiner Freizeit gerne in Strip-Lokalen aufhält, dann ist das für ihn ein ressourcenreicher Ort. So wie andere als *Walking Coach* mit ihren Klienten in die freie Natur gehen oder auf Mittelmeerinseln Selbsterfahrungsseminare anbieten, sollte es doch genauso möglich sein, jemanden an einem anderen, seinem eigenen *Kraftort* zu coachen. Die Entscheidung, was ungewöhnlich ist, kann ich durchaus meinem Klienten überlassen. Wenn ich dem als Coach nicht unvoreingenom-

men begegnen kann, wäre es vielleicht sinnvoll, meine eigenen Glaubenssätze über Normalität zu hinterfragen.

Ich habe viele Klienten aus der Künstlerszene, für einige unter ihnen beginnt ein normaler Tag erst mittags oder nachmittags. Wenn ich jemandem mit diesem Rhythmus einen Termin um neun Uhr morgens anbiete, wird das nicht funktionieren. Und nicht nur in dieser Branche wird man mit starren Nine-to-five-Praxiszeiten weder Blumentopf noch Neukunden gewinnen, denn sowohl der gestresste Manager als auch die depressive Supermarktkassiererin sind in dieser Zeit selbst bei der Arbeit. Erweiterte Sprechzeiten verstehe ich im Übrigen nicht so: „... mal ausnahmsweise bis sieben machen“.

Warum kein Mitternachtscoaching zum Mondscheintarif? Das Rundfunkformat Domian und diverse Seelsorge-Hotlines zeigen ja, dass es auch nachts eine Klientel mit teilweise akutem Gesprächsbedarf gibt. Zumindest was die Zeiten angeht, scheint sich auch in unseren eigenen Reihen etwas zu bewegen, Termine außerhalb regulärer Bürozeiten anzubieten wird Therapeuten und Coaches immer häufiger als werbewirksamer Kundenservice nahegelegt. Die AOK Niedersachsen hat im vergangenen Jahr sogar ein Modell entworfen, das Therapeuten, die Abend- und Wochenendtermine anbieten, mit Prämien belohnen soll. Der Vorschlag wird aktuell noch von der kassenärztlichen Vereinigung geprüft.

Theken-Therapie

Platz 2: Während der Sitzung kein Essen oder alkoholische Getränke anbieten.

Wieso eigentlich nicht? Es wäre doch sehr praktisch, den Vorspeiseteller gleich als Systembrett zu benutzen. „Für wen steht denn diese Jakobsmuschel?“

Wenn Klienten zum Coaching zu mir kommen, biete ich neben Wasser auch immer eine Kleinigkeit zu essen an. Je nach Vorliebe des Klienten (kleine Aktennotiz zu Beginn der Zusammenarbeit) stehen entweder frisches Obst oder Naschwerk auf dem Tisch. Das ist für mich ein Teil von Gastfreundlichkeit, die neben reiner Nächstenliebe als rapportbildende Maßnahme dient. Ich Sorge für eine Atmosphäre, in der sich mein Klient wohlfühlt.

Hier im Norden ist es nicht ganz so üblich, aber in Süddeutschland wird, auch in Unternehmenskantinen, in der Mittagspause völlig selbstverständlich Bier getrunken. Daher sehe ich keinen Grund, warum ich meinem Klienten nicht auch ein Bier anbieten sollte, wenn das seiner Landkarte entspricht und er gern eines möchte. Wenn es den Rapport verstärkt, ist es dem Prozess doch nur dienlich.

Außer sein Thema hat mit Suchtproblematik zu tun, dann wäre es vielleicht kontraproduktiv.

Wenn wir jetzt noch den Gedanken über vermeintlich ungewöhnliche Coaching-Orte weiterdenken, warum nicht gleich mit dem Bier verknüpfen zur *Theken-Therapie* (die Domain ist übrigens noch zu haben). Es gibt genug Menschen, für die ist die Theke ihrer Stammkneipe das *Wohnzimmer*, der Ort, an dem sie sich entspannen und emotional öffnen. Idealer Nährboden für Veränderungsarbeit also. „Coaching-Termine an der Theke Ihrer Wahl“ – inklusive *Hopfenrance* und *Doppelkorn-Reframing*. Im Sommer wird das mobile Coaching-Büro in den Biergarten verlegt. Bodenanker aus Bierdeckeln gibt es dort auch genug.

Durch die Niederschwelligkeit dieses Angebots würden sich möglicherweise ganz neue, bisher veränderungsscheue Kundenkreise erschließen lassen. Für jemanden, für den das Wort *Praxis* nach Sterillium und Linoleum riecht und von dem diese nur aufgesucht wird, um sich eine AU-Bescheinigung zu holen, ist der olfaktorische Reiz von ungereinigten Bierleitungen und vollen Aschenbechern vielleicht vertrauter. Auch hier entscheiden wieder die Landkarte und der daraus resultierende Wohlfühlfaktor des Klienten. Indem ich diesen verstärke, verstärke ich auch den Rapport.

Bei dieser Form der Veränderungsarbeit sind allerdings Gesundheitsrisiken für die Therapeuten nicht ganz von der Hand zu weisen. Eine Leber-und-Lunge-Gefahrenzulage wäre empfehlenswert.

Don't try this at home!

Platz 1: Keine sexuellen Kontakte mit Klienten.

Ja, gut. Das könnten wir so stehen lassen. Okay, es ist der Rubikon. Andererseits schadet es ja nicht, mal darüber nachzudenken, welche Chancen sich daraus ergeben könnten. Abgesehen von ein wenig Abwechslung im Coaching-Alltag. Womöglich ließen sich auch hier neue Kundenkreise erschließen.

Über seine Vorbildfunktion kann man streiten, aber Charlie Sheen macht es vor. In der Serie *Anger Management* spielt er einen Therapeuten, der spezialisiert ist auf Aggressionsbewältigung. In einer Folge betreut er Lindsay Lohan, die sich selbst spielt – eine wütende, unzufriedene junge Frau. Die Therapie beginnt auf einem Regiestuhl und endet im Schlafzimmer. Wie aggressiv oder progressiv die „Therapiemethode“ in dieser Phase war, wird nicht gezeigt, doch in der Szene unmittelbar danach wirkte Lohan sehr entspannt.

Vielleicht ließe sich ja daraus wirklich ein eigenes Therapiekonzept stricken, als besondere Form der Körperthera-

Auskünfte von Thomas Coucoulis, Hamburg

Mit welchen Klienten, Coachees oder Seminarteilnehmern kommen Sie besonders gut oder rasch in Kontakt?
Mit denen, die meinen Schmuck bewundern.

Was wirkt Ihrer Erfahrung nach wohltuend auf die Beziehung zum Anderen, wenn sich der Kontakt oder Rapport mal nicht so gut herstellen lässt?
Meinen Schmuck zeigen.

Haben Sie schon einmal den Rapport, wie NLP'ler es nennen, bewusst gebrochen? Mit welcher Erfahrung?
Separate the men from the boys.

Ihr Coachee hat sein Thema bearbeitet bzw. das Seminar ist beendet – wie gut können Sie Kunden loslassen, die Ihnen besonders ans Herz gewachsen sind?
Nach Zahlungseingang etwas leichter.

pie, die autogenes Training und rotes Tantra verknüpft. Das wäre dann wirklich eine ganz *progressive Muskelrelaxation*. Die positive Absicht, dem Klienten effektiv zu helfen, wäre da, und auch der eigene Spaß an der Arbeit käme sicher nicht zu kurz. Solange aus der positiven Absicht kein positiver Schwangerschaftstest wird ...

Eine Bekannte von mir hatte ein Erstgespräch bei einem Psychologen wegen ihrer Depression, an dessen Ende sie folgenden Satz hörte: „Sie müssen doch nur mal wieder richtig durch ...“ Der Rest dieses Satzes lässt sich mittels eigener Landkarte vervollständigen. Sie hat sich nach nicht ganz so langer Überlegung für einen anderen Therapeuten entschieden. Offenbar war der Rapport hier dann doch nicht so gelungen.

In aller Deutlichkeit: Dieser Artikel ist ein satirisches Gedankenspiel, das dazu dient, Denkmuster infrage zu stellen und die Komfortzone zu verlassen. Er ist kein Aufruf zu Straftaten und heißt diese auch nicht gut.

Insbesondere über sexuellen Kontakt zu Klienten sei gesagt: Auch wenn es seit Freud und Jung ein Thema darstellt, so ist die Ausnutzung des Machtgefälles zum Zweck sexueller Handlungen im Rahmen von Therapie und Beratung eine Straftat. Und die wird nach § 174c StGB mit bis zu fünf Jahren Haft geahndet. Viel schlimmer als das sind dabei die Auswirkungen auf den betroffenen Klienten: Eine derartige

Ausnutzung des Vertrauensverhältnisses kann Traumata auslösen, die in ihrer Schwere und in ihren Folgen mit denen von Kindesmissbrauch vergleichbar sind.

Monika Becker-Fischer und Gottfried Fischer haben in einer Studie ermittelt, dass 12 Prozent der Therapeuten (davon 90 Prozent männliche) sexuelle Kontakte mit Klienten hatten. Die Dunkelziffer ist vermutlich weitaus höher, unbestätigte Quellen gehen sogar von bis zu 60 Prozent aus.

Auch wenn sich die *Theken-Therapie* vermutlich eher negativ auf die Leber als auf die Psyche der Klienten auswirkt, erinnere ich daran, dass die „Ausübung der Heilkunde im Umherziehen“ (HeilprG § 3) eine Ordnungswidrigkeit ist, die mit einer Geldstrafe bis zu 2500 Euro geahndet wird. Mit der Theken-Therapie könnte es also auch Probleme geben.

Sinnvolle Grenzüberschreitungen

Also zurück zum Ausgangspunkt. Es gibt eine Menge Regeln für die Beziehungsverhältnisse in Coaching und Therapie, davon erscheinen die einen vielleicht mehr, die anderen weniger sinnvoll. Auch wenn ich die positive Absicht dieser Regeln, vor allem den Schutz des Klienten betreffend, nicht infrage stelle, so möchte ich doch zum Reflektieren darüber einladen, welche dieser Handlungsempfehlungen dem Veränderungsprozess dienlich sind und welche nicht.

Nicht nur im Hinblick auf den Rapport ist das eine wichtige Frage, sondern auch für das Prozessziel. Häufig möchte der Klient durch den Prozess seine eigenen Grenzen überwinden und seine alten Regeln brechen, um Raum zu schaffen für etwas Neues. Durchaus möglich, dass es ihm leichter fällt, wenn wir die Grenzen des Weges, auf dem wir ihn leiten und begleiten, nicht zu eng stecken.

Zum Schluss stelle ich mir die Frage, warum wir überhaupt diese ganzen Regeln haben. Nun, in erster Linie sind wir Deutsche, zu deren Natur Regeln wohl auch ein bisschen gehören (im Unterschied zu den Griechen). Im Grunde sind diese Regeln nichts anderes als zusammengefasste Lebenserfahrungen. Oder Handlungsempfehlungen. Nehmen wir die zehn Gebote, zum Teil entsprechen sie ja auch ganz klaren Gesetzen, die das Zusammenleben in unserer Gesellschaft regulieren. Einige Gebote jedoch spiegeln lediglich einen moralischen Common Sense wider, wir können sie als Empfehlungen auffassen. Wer sich daran hält, macht, in den meisten Fällen zumindest, nichts großartig verkehrt.

Haltungsnote

Wer hingegen neue Ufer erreichen möchte, also einen Bereich, wo *nie zuvor ein Coach gewesen ist*, könnte seinem Klienten mit gutem Beispiel vorangehen und für den Anfang einmal seine eigenen Regeln (nicht Gesetze!) brechen und seine eigenen Grenzen überwinden.

Auch wenn es durchaus einen Versuch wert ist, zur Rapportsteigerung mit seinem Klienten einen heben zu gehen (bei mir hat es schon einmal hervorragend funktioniert), geht es bei den Grenzen, die zu überwinden sind, vielleicht gar nicht so sehr um äußere Regeln oder Gesetze. Vielleicht sind es vielmehr unsere eigenen, inneren Hürden, die darauf warten überwunden zu werden.

In dem Moment, in dem ich mich voll und ganz auf das Gegenüber einlasse und ihm statusmäßig auf Augenhöhe begegne, bekomme ich Rapport. In dem Moment, in dem ich Techniken und starre Prozessfixiertheit hinter mir lasse und nur noch wertschätzend spiegele, was ist, in diesem Moment überwinde ich eine Grenze. Und wenn meine Basis dafür die humanistische Grundhaltung „Tu anderen nur das, was dir selbst getan werden soll“ ist, dann könnten Regeln und Grenzen überflüssig werden und der Rapport entstünde ganz von allein. Beziehungen, auch Beziehungen zu Klienten, brauchen gar keine Regeln, sie brauchen eine Haltung. Regeln sind nur Glaubenssätze, aber Haltung ist Identität.

Die einzige, wenn man so will, Regel, die mir meine Ausbilderin mit auf den Weg gegeben hat, lautet: „Wenn am Boden nicht Liebe ist, ist es nicht richtig.“ Ob das jetzt Haltung ist oder Regel – damit kann ich auf jeden Fall sehr gut leben. Wirklich renitent ist ja auch nur derjenige, der seine eigene Renitenz durchbricht. So wie mein Vater, der ist nämlich Steuerberater.



Thomas Coucoulis ist Coach und Trainer für Künstler, Schauspieler und Medienschaffende in Hamburg. Sein Spezialgebiet ist die Überwindung von Auftrittsangst und Lampenfieber.
Website: www.rampenfau.de