

Kreatives Coaching

In den Anfängen des Coachings ging es für einen Coach darum, Spitzensportler und Spitzenmanager zu Spitzenleistungen zu befähigen. Inzwischen haben sich Adressaten- und Aufgabenkreis erweitert. So stellen beispielsweise private Weiterbildungsträger in Kooperation mit örtlichen Arbeitsagenturen Ausbildungscoaches ein, die arbeitslose Jugendliche unterstützen, einen Praktikums-, Ausbildungs- oder Arbeitsplatz zu finden. Ich selbst teile ein erweitertes Coachingverständnis. Ich schätze Versuche, den Breitensport - hier als Bild gemeint – zu fördern. Jede Zielgruppe in jedem institutionellen Kontext mit jedem beruflichen Anliegen ist für mich willkommen, um sich durch ein Coaching unterstützen zu lassen und beruflich-persönlich weiterzuentwickeln. Hilfreich kann ein einstündiges einmaliges Treffen sein, aber auch mehrere Sitzungen im vereinbarten Zeitabstand oder situationsabhängige Verabredungen nach Bedarf sind vorstellbar.

Was beinhaltet „Kreatives Coaching“?

Meine eigene Beratungspraxis charakterisiere ich als „kreativ“. „Kreativ“ dient mir als Kürzel, um meine Arbeitsweise und innere Haltung zu kennzeichnen. Einen Coachee erwartet ein phantasievolles, vielfältiges, abwechslungsreiches Beratungsetting. Irrig wären Assoziationen, die „kreatives Coaching“ ausschließlich mit Beratungsanliegen aus der Kunstszene verbinden. Wie auch in anderen Coachingprozessen geht es um Problemlöseprozesse, in denen beruflich-fachliche und mit ihnen verbundene persönliche Ziele mit Hilfe von Beratung erarbeitet, umgesetzt und überprüft werden. Es dreht sich um „Hilfe zur Selbsthilfe“ oder „Förderung des Selbstmanagements“ für die vom Coachee gewählten Anliegen, in denen die beiden Perspektiven Person/ Persönlichkeit und berufliche Rolle/ Funktion im systemischen Kontext überdacht werden. Differenzen zeigen sich nicht im „Was“, sondern im „Wie“.

Beim „Wie“ fühle ich mich der pointierten Meinung von Fallner/ Pohl (2001) „Der Coach stiehlt, wo er kann“, wenn dadurch die professionelle „Handlungskunst“ verbessert wird, verbunden (S. 14 f). In meine kreative Beratungspraxis gehen gestalttherapeutische Methoden, Problemlöseverfahren, Arbeitsweisen aus dem Neurolinguistischen Programmieren (NLP), der lösungsorientierten Kurzberatung und der systemischen Beratung ein.

Was ermöglicht eine „kreative Handlungskunst“ im Coachingprozess?

Vielleicht hilft sie dem Coachee, scheinbar Unmögliches wie „ein drittes Bein zum Abstoßen“ - bildlich gedacht - zu schaffen: „Herr Keuner sah sich die Zeichnung seiner kleinen Nichte an. Sie stellte ein Huhn dar, das über einen Hof flog. ‚Warum hat dein Huhn eigentlich drei Beine?‘ fragte Herr Keuner. ‚Hühner können doch nicht fliegen‘, sagte die kleine Künstlerin, ‚und darum brauchte ich ein drittes Bein zum Abstoßen.‘ ‚Ich bin froh, dass ich dich gefragt habe‘ sagte Herr Keuner“ (Bertolt Brecht). Die Keuner-Geschichte kann unterschiedliche Reaktionen auslösen: Sie wirft Fragen auf, macht Mut, provoziert Widerspruch, lässt Interpretationsspielraum, amüsiert, ist ungewöhnlich, bietet eine Lösungsidee an ... In meinem kreativen Beratungsetting möchte ich möglichst vielschichtige Impulse zur Selbstreflexion geben. Um einen lebendigen Prozess in Gang zu setzen, sehe ich mich als „Strukturerfinder“ und „Prozessbegleiter“ (Schulz von Thun 1999, S. 11).

Welche Arbeitsweisen charakterisieren kreative Coachingprozesse?

Kernkompetenzen der Gesprächsführung wie zuhören, sich einfühlen, fragen, zusammenfassen ergänze ich durch erlebnisaktivierende Arbeitselemente. Das Anliegen des Coachee wird nicht nur gemeinsam besprochen. Je nach Kontext wähle ich ergänzend bildliche, gegenständliche, szenische Impulse, um den Coachee anzuregen, einen intensiven Kontakt zu sich selbst zu entwickeln. Ich versuche vielfältige Anstöße, die Selbstbeobachtung und -reflexion vertiefen können, zu geben. Komplexe Handlungsstrukturen - geprägt durch persönliches Verhalten, Motivbündel, Problemlagen, Veränderungsanlässe, Rahmenbedingungen und situativen Kontext - werden ausschnitthaft aktualisiert und dem Erleben neu/ anders zugänglich gemacht. Die von mir unterstützend eingesetzten Methoden sind nicht fest gelegt. Auch Fallner/ Pohl (2001) regen an, methodisch vielfältig zu experimentieren und Berührungspunkte abzubauen (vgl. S. 15). Schulz von Thun geht davon aus, dass Methoden auch „aus dem Augenblick heraus gefunden und erfunden“ werden (S. 11). Für mich ist entscheidend, dass möglichst alle Sinne schöpferisch angesprochen werden und dem Coachee sein eigenes Anliegen vielschichtig präsent wird. So kann im Coachingprozess auch mit Materialien hantiert werden, etwas berührt, gezeichnet, bewegt, gespielt werden, oder ich lese metaphorische Geschichten vor ... Veränderungswünsche werden sichtbarer, greifbarer, hörbarer, spürbarer. Oft sind es nur beiläufige Kleinigkeiten, die ich als kreative Akzente setze. So ist es „ein Unterschied, der einen Unterschied macht“ (Steve de Shazer), wenn eine Feder und/ oder ein Stein vom Coachee in die Hand genommen werden, um das unterschiedliche Gewicht körperlich zu spüren und nicht nur auszusprechen, welche Aspekte einer beklagten Situation momentan leicht(er) bzw. schwer(er) wiegen.

Wie lässt sich eine Coaching-Methode kreativ erweitern?

Obwohl sich seit einiger Zeit das Spektrum an gängigen Coaching-Interventionen ausdifferenziert hat, ist insgesamt das Methodenspektrum eher schmal. In der Prozessbegleitung dominieren nach wie vor Varianten der Gesprächsführung, die mitunter durch Elemente der Visualisierung angereichert werden. Beispielsweise Maren Fischer-Epe (2002) illustriert eindrücklich, wie die innere und äußere Situation eines Anliegens verbildlicht werden kann (vgl. S. 48 ff). Auch Thomann (1998) arbeitet im Rahmen der „Klärungshilfe“ mit kleinen Zeichnungen, Farben, Symbolen. Diese visuelle Unterstützung lässt sich ergänzen, um zusätzliche Sinne anzusprechen. Hier fühle ich mich besonders herausgefordert, Methoden weiterzuentwickeln. Ich schätze ausprobierte Varianten wie:

- Coachee arbeitet mit beweglichen Elementen im Stehen an der Wandzeitung
- Coachee wählt verschiedenartige Gegenstände aus, um ein dreidimensionales Bild auf dem Arbeitstisch oder Boden zu legen
- Coachee beobachtet, wie es wirkt, sich vom Bild zu entfernen und sich ihm erneut zu nähern
- Coachee vergrößert, verkleinert, gruppiert Elemente neu, verändert Farben
- Coachee experimentiert damit, Aspekte des Anliegens Körperteilen zuzuordnen und lässt sie sprechen
- Coachee stellt unterschiedliche Aspekte seines Anliegens als Standbild dar
- Coachee macht die Umgebung, in der sich das eigene Anliegen verorten lässt als Skizze oder als Objektcollage sichtbar
- Coachee schreibt zum Bild rasch einen kurzen Text oder einen Brief an sich selbst.

Wo finden sich methodische Anregungen?

Als methodische Fundgrube, die die „Handlungskunst“ eines Coachs erweitern können, eignen sich:

- Die Rubrik „Ideenfabrik“ in: www.mwonline.de
- Reichel, R. und R. Rabenstein: Kreativ beraten. München 2001
- Fallner, H. und M. Pohl: Coaching mit System. Die Kunst nachhaltiger Beratung. Opladen 2001
- F. Schulz von Thun: Praxisberatung in Gruppen. Weinheim und Basel 1999
- M. Fischer-Epe: Coaching: Miteinander Ziele erreichen. Reinbek bei Hamburg 2002

Der von Christopher Rauen herausgegebene Sammelband „Coaching-Tools“ (2004) vermittelt einen Eindruck vom Methodenspektrum, das auch Beispiele einer kreativen Arbeitsweise enthält.