



## **Systemisches Coaching - Ein Gewinn für die Zukunftsfähigkeit von Mensch und Organisation**

Das Wort „Coaching“ hat seine Wurzeln in der englischen Sprache. Coach ist das Wort für Kutsche, also ein Instrument, um von einem Ort zum Anderen, zu einem Ziel zu gelangen.

Erstmals wurde das Wort „Coach“ außerhalb seiner ersten Bedeutung im Sport verwendet. Der Sport-Coach ist über den Trainer hinaus auch Motivator, Entwickler und Begleiter des Sportlers, hin zur Ausschöpfung der Möglichkeiten, die der Sportler in sich trägt.

### **Was verstehen wir heute unter Coaching?**

*Coaching ist die professionelle Beratung und Begleitung einer Person (Coachee) durch einen Coach bei der Ausübung von komplexen Handlungen mit dem Ziel, den Coachee zu befähigen, im Rahmen seiner Fähigkeiten, Möglichkeiten und Ressourcen, optimale Ergebnisse hervorzubringen.*

*Der zielgerichtete Dialog zwischen Klient und Coach soll den Grad der Wirkung von Führung und Management erhöhen. Für anstehende Probleme werden Lösungsansätze entwickelt (frei nach wikipedia). In erster Linie wird Coaching in Unternehmen, als Führungskräfte-Coaching eingesetzt. Aber auch in non-profit-Organisationen und zur Lösungsfindung bei ganz persönlichen Problemen, setzt sich Coaching zunehmend durch.*

### **Was ist systemisches Coaching?**

Ein systemischer Coach denkt in Systemen. Ein System ist wörtlich genommen etwas, das zusammen steht oder liegt. Wir kennen unser Herz-Kreislauf und unser Verdauungssystem, das Kinder-, Eltern- und Familiensystem, Unternehmen und Organisationen mit deren Abteilungen oder die europäische Union. In der Natur finden wir verschiedene Ökosysteme, im technischen Bereich die Regelungstechnik (Kybernetik).

Ein systemischer Coach sieht den Menschen als eigenständiges und funktionierendes System, das mit den ihn umgebenden Systemen vernetzt ist. Diese Systeme regulieren sich selbst. Manchmal jedoch treten Störungen, in Form von Problemen, auf. Dies geschieht zum Beispiel dann, wenn das gelernte Verhalten zu den neuesten Veränderungen im System plötzlich nicht mehr passt.

Diese Veränderungen können zum Beispiel Umstrukturierungsmaßnahmen im Betrieb, eine neue berufliche Herausforderung oder eine Trennungssituation in der Familie sein.

Im systemischen Coaching werden Prozesse und Störungen, die in diesen Systemen ablaufen beobachtet, beschrieben und nach Lösungen gesucht.

Ein systemischer Coach weiß, dass jeder Mensch Experte für sein Leben ist, bereits viele Probleme erfolgreich gelöst hat und über vielfältige Ressourcen verfügt.

Zuhören und Fragen sind das wichtigste Handwerkszeug für einen systemischen Coach, denn so gerät der Kunde/ die Kundin in relevante Denkprozesse und trägt zur Entwicklung von Lösungen bei. Ein systemischer Coach respektiert und würdigt stets das Expertentum, Wissen und Wünschen seiner KundInnen. So entsteht für jeden Klienten in einem Entwicklungsprozess eine völlig individuelle und selbstgestaltete Lösung.

Im positiven Sinne „Eigen-mächtig“ und „Eigen-sinnig“ zu sein, beinhaltet Gefühle wie: Selbst zu Denken, sich und sein Leben selbst steuern zu können, mutig Entscheidungen zu treffen und für diese vollkommen die Verantwortung zu übernehmen.

Aus diesem Grund, und das ist meine persönliche Überzeugung, wird das systemische Denken und damit verbunden das systemische Coaching zunehmend für Menschen und Organisationen an Bedeutung gewinnen.