

# Coaching

Publikation Hansruedi Stahel  
stahelandfriends

## Coaching oder Consulting

Wo liegt der Unterschied?

Beratung:

Ich habe etwas gelernt und möchte dies weitergeben.

Coaching:

Ich bin nur noch Moderator. Ich suche beim zu Coachenden nach seinen Qualitäten. Auf diesen baue ich meine Kommunikation auf.

Sicher wird aus einem müden Ackergaul nie ein Rennpferd, aber das beste Rennpferd wird niemals Spitzenleistung erbringen, wenn man es nicht trainiert!

### **Kein guter Coach ist vom Himmel gefallen**

90% des Erfolges liegt in der Vorbereitung. Ein gutes Coaching muss gut vorbereitet werden.

Zuhörfähigkeit und Kontaktfähigkeit sind wertvolle Eigenschaften, die sich trainieren lassen.

### **Ein guter Coach benötigt soziale Kompetenz**

Entscheidend für das Gelingen eines Coachinggesprächs ist die innere Haltung des Coaches.

#### **1. Sozialtugenden**

Darunter versteht man das prosoziale Verhalten als Idealverhalten, das gekennzeichnet ist durch Mitverantwortung, Gemeinsinn (Solidarität), Brüderlichkeit, Zuverlässigkeit, Respekt/ Ehrgefühl/ Würde, Gerechtigkeit und Duldsamkeit/Toleranz.

#### **2. Zueinander finden können.**

Darunter versteht man Kontaktfähigkeit und Höflichkeit. Diese werden definiert durch:

Kontaktorganisation (Kontaktaufnahme, Kontaktabbruch, Kontaktadresse)

Kontaktkapazität, Kontakttraining  
Höflichkeits- und gute Umgangsformen (Grussworte, Abschiedsworte,  
Dankesworte)  
sowie gutes Benehmen (so genannte Alltagssittlichkeit).

### **3. Miteinander umgehen können (Für das Coaching besonders wichtig)**

Miteinander umgehen können ist gekennzeichnet durch die Dialogfähigkeit des Einzelnen. Als Einflussgrößen der Dialogfähigkeit sind folgende Größen bekannt.

Soziale Wahrnehmung und Verständigung (Interesse, Neugier,  
Einfühlungsvermögen, Bereitschaft zuzuhören, Menschenkenntnis, Intuition,  
Verständnis, Vorurteilslosigkeit, Gesinnungsähnlichkeit.  
Beziehungsfähigkeit/Beziehungspflege/Mitleid  
Gastfreundschaft  
Liebenswürdigkeit

### **4. Miteinander arbeiten und handeln können.**

(Siehe unter Team)

### **5. Miteinander leben können.**

Partnerschaftsfähigkeit  
Freundschaftsfähigkeit

### **6. Miteinander streben können**

Gemeinsam ein Ziel erreichen.

### **7. Füreinander da sein**

Liebesfähigkeit, Familiensinn, Harmoniebedürfnis  
Opferbereitschaft/Selbstlosigkeit  
Integrationsfähigkeit

Für Coaching sehr wichtig!! Vertrauen/Anerkennung

### **8. Eine Streitkultur entwickeln**

(Siehe Konfliktmanagement)

### **9. Distanzierungsfähigkeit**

Man versteht darunter, ohne Streit im Frieden auseinander gehen können.

### **Ein guter Coach muss frei von folgenden Schwächen und Untugenden sein**

Kontaktschwierigkeiten, Berührungängste, soziale Vorurteile, Standesschranken, Schüchternheit, Beziehungsängste, Abhängigkeiten, Probleme mit Nähe und Distanz.

Aversionen (Abneigung/Widerwille), Antipathie (Abneigung), Misstrauen Gleichgültigkeit, Beziehungslosigkeit.

Viele reden und reden und verstehen sich gegenseitig nicht. Dies liegt daran, dass keiner dem andern zuhört.

Ziel- und sachorientiertes vorgehen bringt meist nicht das gewünschte Resultat.

### **Coaching benötigt Zeit**

Der Arzt muss so lange mit dem Patienten sprechen, bis er entweder das Problem des Patienten klar erkannt oder besser seine Qualitäten analysiert hat.

Ziel orientiertes agieren, bringt im Coaching nicht viel Resultat.

### **Dem Patienten die Angst vor dem Coaching nehmen.**

Aufklärung über Coaching ist wichtig. Warum tun wir das. Sonst kommt schnell die Frage: Bin ich der Einzige welcher das nötig hat?“

### **Coaching heisst fragen und nochmals fragen**

„Was ist eigentlich Ihre Idee wie sie da weiterkommen könnten?“

### **Eigenständiges Handeln des Patienten**

Coaching soll den Patienten befähigen selbständiger zu werden.

### **Gutes Coaching verlangt:**

Gutes Feedback geben.

Diskretion

Einfühlungsvermögen

Dem Patienten genügend Raum geben.

Der zu coachende Arzt muss eine hohe Qualität des Zuhörens besitzen.

Ein guter Coach muss fähig sein, ein Vertrauensverhältnis aufzubauen.

Absolute Diskretion.

### **Zuhörer oder Coaching Analyse**

Die Zuhöreranalyse ist das A und O des Coachings.

Eine Massnahme kann noch so brillant sein, wenn sie nicht zum Patienten passt, taugt sie nichts.

Viele Ärzte und auch ihr Personal begehen häufig den Fehler, dass sie sich nicht um die wirklichen Probleme des Patienten kümmern, sondern nur um die Probleme von denen sie etwas verstehen. Sie leiden unter „Deformation professionell.“

Dringend zu bearbeitenden Bedürfnissen des Patienten bleiben so einfach liegen.

Wünsche werden kreierte und besprochen, bringen aber nichts.

Nicht die Geschichten sind wichtig welche der zu coachende erzählt, sondern die Muster welche darin zu finden sind.

### **Aktives zuhören**

Spiegeln

Darunter versteht man, die Antworten des zu coachten mit anderen Worten repetieren.

Notizen machen. Zwischen Fragen stellen.

Nicht irgendetwas murmeln. „Hm“ ist keine Kommunikation und „OUW“ das dümmste Wort in der Medizin.

### **Ein guter Coach ist ein schlechter Spieler**

Ein guter Coach befindet sich nie auf dem Spielfeld, sondern immer an seinem Rand.

Ein guter Coach muss sich in den Patienten hineinfühlen können, benötigt aber immer eine genügende Distanz um den Überblick nicht zu verlieren.

Was heisst das? Er muss nicht können was der Patient kann oder können soll.

Wenn er sich ins Spielfeld begibt verliert er den Überblick. Die Distanz zum Patienten ist sehr wichtig.

Coaching hat nichts mit „Seelenstriptease“ zu tun.

Wenn er mitspielt verliert er die Zeit für intuitives Denken. Er ist viel zu beschäftigt.

Er muss eine Vertrauensbasis herstellen ohne sich vom Patienten einwickeln zu lassen.

Es gibt Fussballtrainer die können keine hundert Meter laufen und doch führen sie die Mannschaft von Sieg zu Sieg.

Sätze wie: „An ihrer Stelle würde ich“, sind also grundsätzlich falsch.

Auf der anderen Seite ist es erlaubt zu sagen: „Gemeinsam werden wir“, wenn die Rollen entsprechend definiert sind.

### **Ein guter Coach zeigt immer Interesse**

Während dem coachen muss der Coach immer wieder ein Feedback geben, welches dem Patienten das Gefühl gibt, dass der Arzt ihm auch zuhört.

Nicht nur die Verhaltensebene des Patienten wird durch das Coaching verbessert, sondern auch die Beziehungsebene.

Der Patient soll nicht das Gefühl bekommen, Coaching bedeutet Nachhilfestunden.

### **Ein guter Coach ist ein guter Goldsucher.**

Er findet beim Patienten versteckte Qualitäten und baut auf diesen auf.

In jedem Menschen steckt Entwicklungspotential, dies soll der Arzt entdecken und fördern.

### **Die Krux mit der Projektion.**

Definition: Eine Projektion liegt dann vor, wenn man beim Patienten ein Verhalten ablehnt, welches man bei sich selbst nicht wahrhaben will.

D.h. Man leidet am gleichen Problem.

Ein Arzt mit dem gleichen Problem wie der Patient es besitzt hat beim Coaching wenig Erfolg.

### **Coaching und Therapie**

Wichtig: Coaching ist nie Therapie, sondern ein Mittel um die Therapie zu verbessern.

Wir entdecken wie schon erwähnt beim Coaching Qualitäten und Stärken des Patienten. Diese verhelfen zu einer besseren Therapie.

Coaching hat nichts mit Therapieanweisung zu tun, sondern fördert den Patienten Therapieanweisungen durchzuführen.