

Vorsitzende Martina K. Schneiders
Tel. 02 11 / 9 17 97 70
Fax 02 11 / 9 17 97 71
MK5155a@aol.com
www.djv-duesseldorf.de

Coaching - Ein Weg aus der Krise

Der April-Jour Fixe des Vereins Düsseldorfer Journalisten (VDJ) bot mit dem Thema Coaching interessante Informationen zu einer hierzulande noch weithin unbekanntem Möglichkeit, für sich selbst einen Weg aus der beruflichen Krise zu finden.

Der VDJ hatte dazu die beiden Coaches Birgitt Morrien und Peter Fuhrmann eingeladen. Birgitt Morrien hat sich mit ihrer Kölner Beratungspraxis COP auf Coaching in der Medienbranche spezialisiert, Peter Fuhrmann ist Experte für Mediation, Konfliktlösung, Coaching und Persönlichkeitsentwicklung in Düsseldorf.

In ihren Kurzvorträgen versuchten beide, möglichst viele Fragen rund um das Thema zu beleuchten, so z.B., was Coaching bedeutet und was es leisten kann. Hinter dem Begriff verbirgt sich eine professionelle Form der Beratung in der beruflichen Krise. "Ziel ist es, maßgeschneiderte Perspektiven zu entwickeln, und Unterstützung darin zu bieten, die Veränderungswünsche aktiv neu zu gestalten", so Birgitt Morrien. Dies geschieht in Form von "geleiteten" Gesprächen, Reflexionen und durch offenes Feedback.

Die Referentin nutzt darüber hinaus von ihr neu entwickelte kognitive und kreative Methoden, berücksichtigt jedoch auch klassische Beratungstraditionen. Grundlage ist die "Quadratur des Gelingens", wie sie es nennt. Da wird zunächst anhand einer Berufsfeldanalyse die eigene Position geklärt. In einem zweiten Schritt kommt es zu einer Visionsentwicklung

mit Hilfe der "P/Review"-Technik oder der "visionierten Erinnerung", um neue Ziele zu finden.

Morrien arbeitet hier mit der systematischen Aktivierung und Nutzung von Tag/Traum-Potenzialen, "denn im Traum sind wir hellwach und nehmen 40 Prozent bewusster wahr als im Wachzustand" erklärt sie. So tauchen vor dem inneren Auge unbewusste Bilder auf, die neue Perspektiven eröffnen. Und die werden in den folgenden Schritten strategisch weiterentwickelt, bis hin zu einem Aktivitätenplan. Näheres zu dieser Coaching-Methode ist in dem von Birgitt Morrien verfassten Handbuch "DreamGuidance" nachzulesen.

Peter Fuhrmann führte in seinem Vortrag aus, was Coaching in Konfliktsituationen bewirken kann. Dabei ist es unerheblich, ob der Konflikt in uns selbst, in einer Gruppe oder zwischen Interessensgruppen entsteht. Mit Hilfe der Mediation werden so genannte Win-Win-Lösungen herbeigeführt. D.h. die Lösung muss so aussehen, dass beide Parteien zufrieden als Gewinner aus dem Konflikt hervorgehen. Dies wird erreicht über die Trennung von Person und Problem. Der Mediator stellt bei verhärteten Fronten die Kommunikation wieder her und findet heraus, wer welche Interessen verfolgt. Das Ziel ist eine gute einvernehmliche Lösung.

Coaching ist natürlich kein Allheilmittel, denn es kann keine Arbeitsplätze schaffen und auch das Wegbrechen von Märkten nicht verhindern. "Aber es kann in der

Krise stabilisieren durch eine verbesserte Selbst- und Fremdeinschätzung, den Blick für andere Möglichkeiten schärfen und eine neue Orientierung bieten", fasst Morrien zusammen, und Peter Fuhrmann ergänzt: "Besonders gute Ergebnisse werden mit Coaching erzielt, wenn der Coachee sich freiwillig dafür entscheidet und nicht gezwungenermaßen teilnehmen muss, weil das Unternehmen es so will."

Im Anschluss an die Vorträge entwickelte sich eine lebhafte Diskussion. Das Feedback am Ende des Abends zeigte deutlich, dass jeder für sich entweder Coaching als Chance begriffen hatte oder mindestens sehr überrascht darüber war, was Coaching leisten kann.

Interessenten sollten bei der Wahl eines Coachs darauf achten, dass er eine anerkannte Ausbildung nachweisen kann, über mehrjährige Berufs- und Beratungserfahrung, sowie über ein hohes Maß an persönlicher Reife und sozialer Kompetenz verfügt. "Lassen Sie sich einen Coach empfehlen von jemandem, der sich hat coachen lassen und zufrieden war, oder fragen Sie bei Berufsverbänden der Berater, wie der Deutschen Gesellschaft für Supervision e.V. (DGSV) nach", rät Peter Fuhrmann.

Coaching wird einzeln und in der Gruppe angeboten. Die Honorare sind Vereinbarungssache, 100 Euro pro Stunde sind gängig. Mit etwas Glück zahlt das Unternehmen, bei arbeitslosen Journalisten auf Nachfrage auch das Arbeitsamt oder die Existenzgründungsoffensive GO.

Editha Rebbert



Über Möglichkeiten und Methoden von Coaching informierten die Coaches Birgitt Morrien (1.) und Peter Fuhrmann beim Jour Fixe des Vereins Düsseldorfer Journalisten.
Foto: Roland Scheidemann