

Coaching mobil

COACHEES IM INTERVIEW

Ob beim Wandern oder im Auto, ob in Second Life oder per Mail – Coaching hat sich inzwischen von dem klassischen Setting face-to-face in einem Büroraum emanzipiert. Fünf Coachees, die es zu mobilen Beratungen und asynchronen Kommunikationsformen zog, erzählen im Interview ihre ganz persönlichen Erfahrungen und Eindrücke.

► **Jörg Hunke ist Redakteur und schreibt für eine überregionale deutsche Tageszeitung. Er arbeitet in keinem klassischen Ressort wie „Politik“ oder „Wirtschaft“, sondern im „Magazin“. Dieser Bereich verbindet klassische Reportagen und Themen, die man sonst unter „Aus aller Welt“ und „Vermischtes“ findet. Außerdem interviewt er Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens aus allen gesellschaftlichen Bereichen.**

Warum haben Sie sich einen Coach gesucht?*

Jörg Hunke: Am Anfang stand der Wunsch, beruflich weiter zu kommen und meine Persönlichkeit weiter zu entwickeln.

Wie sind Sie auf das Angebot von Ihrem Coach gestoßen?

Hunke: Wir haben uns eher zufällig in Düsseldorf getroffen. Das war eine Verbindung über einen privaten Kontakt. Und bereits im ersten persönlichen Gespräch

hat sich dann herausgestellt, dass er mich durchaus unterstützen kann.

Was hat Sie überzeugt, sich für ihn zu entscheiden?

Hunke: Er spricht unverschlüsselt, direkt, hat also eine eindeutige Sprache. Außerdem hat er sehr schnell erkannt, was wir im Coaching besprechen könnten und hat das dann auch umgesetzt. So ging es bereits in dem ersten persönlichen Gespräch um mich und um mein Thema. Da habe ich sofort gemerkt, dass er von seinem Metier Ahnung hat und dass mir gut gefällt, was er sagt.

Wie mobil ist denn das Coaching von Ihrem Coach?

Hunke: Wir haben uns kaum in seinem Büro getroffen, sondern in einem Restaurant, in einem Theatercafé, und irgendwann sind wir sogar mit dem Auto unterwegs gewesen.

Wie kam es zu einem Coaching im Auto?

Hunke: Das hat sich zufällig ergeben. Denn mein Coach verfolgt den Ansatz, Alltagssituationen zu simulieren. Ich bin ja beruflich sowieso oft im Auto unterwegs, telefoniere geschäftlich. Und wenn dann mein Coach neben mir saß, konnte er solche Telefonate live mitverfolgen und mir direkt danach Tipps geben, wie ich zum Beispiel meine Stimme am Telefon gut einsetzen kann.

Welchen Vorteil hat denn ein öffentlicher Raum wie Auto, Café oder Restaurant?

Hunke: Es nimmt dem Coaching das dramatische Element. Man hat nicht diese typische Situation „Lehrer-Schüler“ oder „Analytiker-Patient“. Keiner gibt etwas vor, und der andere hört nur zu. Es hatte eher etwas verbindlich Freundschaftliches. Denn wenn man sich mit jemandem zum Essen oder in der Kneipe trifft, dann passiert das ja eher in einem freundschaftlichen Rahmen. Dieses mobile

*Anmerkung der Redaktion: Die Namen der Coachs sind bewusst nicht genannt. Der Grund: In den Interviews soll es nicht um die Coachs gehen, sondern um die Coachees, ihre Erfahrungen und Anliegen. Bei Interesse an einem Coach-Angebot können bei der Redaktion die Kontaktdaten des jeweiligen Coachs angefragt werden. Kontakt: redaktion@managerSeminare.de

Coaching schafft die Vorstellung, dass alles, was wir hier besprechen, zum Alltag dazugehört.

Gleichzeitig ist das ja aber auch ein öffentlicher Raum. In einem Café kann jeder Ihr Gespräch mithören...

Hunke: Wir haben schon Plätze gewählt, an denen es Ruhezonen gab. Man war zwar am Ort integriert, aber wir haben natürlich beide darauf geachtet, dass nicht vom Nebentisch jemand mithören konnte. Die Intimsphäre wurde gewahrt.

War es für Sie bei der Wahl Ihres Coaches ausschlaggebend, dass Sie nicht im klassischen Setting gecoacht werden?

Hunke: Nein. Es war keine bewusste Entscheidung gegen eine andere Form des Coachings, sondern es hat sich einfach so ergeben. Diese mobile Form hat sich eher im Laufe des Coaching-Prozesses als für mich passend erwiesen. Der Impuls zu dieser Form des Coachings ging von meinem Coach aus. Wir haben dann beide gemerkt, dass ich mich dabei wohl fühle und es gut so ist.

Erinnern Sie sich an einen besonders inspirierenden Moment im Coaching?

Hunke: Ich erinnere mich zwar an keine ganz konkrete Situation. Aber für mich war es immer etwas Besonderes, mich selbst dabei zu beobachten, wie ich auf Menschen zugehe. Und das ergibt sich ja gerade aus so einer öffentlichen Situation. Wir mussten uns entscheiden, wo wir uns hinsetzen und sind mit dem Kellner ins Gespräch gekommen. Das sind ja im Prinzip nur Kleinigkeiten, aber diese Situationen eröffneten die Chance zur Selbstbeobachtung und Selbstreflexion. Manchmal haben wir uns auch einfach nur amüsiert über bestimmte Begebenheiten des Alltags. Das war für mich besonders wichtig, weil diese Atmosphäre eine Alltäglichkeit geschaffen hat, die mir im Gespräch gut getan hat.

Als Zeitungsredakteur haben Sie sehr viel Kontakt mit Menschen und sind auch viel unterwegs. Was war denn da der Unterschied in der Selbstbeobachtung?

Hunke: Der Unterschied war für mich, in diesen Coaching-Situationen meinen Kontakt mit Menschen bewusst wahr zu nehmen. Dabei sind mir meine persönlichen Stärken deutlich geworden.

Zum Beispiel?

Hunke: Als Journalist ist es selbstverständlich, seriös und verbindlich mit Leuten umzugehen. Man muss das sogar in diesem Beruf tun. Und wenn man dieses Thema jedoch bewusst reflektiert, wird einem klar, dass diese Fähigkeit etwas Besonderes ist. Diese Erkenntnis hat mich sehr gestärkt.

Welche Erkenntnisse hat Ihnen das Coaching noch gebracht?

Hunke: Die wichtigste Einsicht war, dass man sich überhaupt persönlich weiterentwickeln kann, dass man Ressourcen hat und nicht alles genetisch vorbestimmt ist. Es hat viel mit persönlichen Einstellungen zu tun, was und wie man sein Leben sieht, und was man daraus macht. Ich habe als Konsequenz aus dem Coaching viele Sachen in meinem Leben noch einmal neu justiert.

Zum Beispiel?

Hunke: Ich habe mir im Anschluss an das Coaching weitere Vorträge zu diesem Thema angehört: Wie gehe ich mit anderen Mitarbeitern um, wie gehe ich mit Chefs um, wie kann ich meine eigenen Ziele konkreter und souveräner verfolgen?

Woran haben Ihre Kollegen bemerken können, dass sich etwas bei Ihnen etwas verändert hat?

Hunke: Ich bin in meiner Ansprache klarer geworden

und formuliere auch meine eigenen Ziele klarer, überzeugender, authentischer.

Was hat Ihre Familie bemerken können?

Hunke: Ich bin gelassener und entspannter geworden, zufriedener. ■

Steckbrief



Name: Jörg Hunke
Position: Zeitungsredakteur
Kontakt: j-hunke@t-online.de

Das Interview führte Ellen Winter für die Zeitschrift managerseminare