

Speakers Corner: Was halten Sie eigentlich davon, dass ...

... Selbsterfahrungsgruppen in kaum einer Coaching-Weiterbildung zum Curriculum gehören?

■ Ich würde es mir anders wünschen. Aber dass es so ist, kann ich gut verstehen. Mit dem Angebot einer Selbsterfahrungsgruppe kann man bisher kaum Kunden gewinnen. Natürlich erwarten Ausbildungsteilnehmer ein bisschen Psychozauber und pseudo-psychologische Tools. Das wird dann auch hier und da „Selbsterfahrung“ genannt. Nimmt man die Sache jedoch wirklich ernst, dann schreckt Selbsterfahrung viele ab und macht Angst – und zwar nicht nur den Teilnehmern, sondern auch dem Ausbildungsleiter.

Die Rolle des Leiters in einer Selbsterfahrungsgruppe ist nicht angenehm. Schließlich muss sich der Leiter als Projektions- und Übertragungsfläche für die Ausbildungsteilnehmer anbieten. Ich bin immer wieder erstaunt, wie intensiv alte Beziehungswünsche, Gefühle und Muster auf den Leiter übertragen werden und wie dadurch alte Familienkonstellationen reinszeniert werden. Für Gruppenleiter ist das schwierig auszuhalten, nicht zuletzt weil eine bewusste „Aufklärung“ der Sachverhalte – ein Psychoanalytiker würde es einen „Deutungs-

versuch“ nennen – in der Regel verpufft bzw. an Ort und Stelle oft nicht möglich ist.

So kommt es, dass selbst die wenigen Weiterbildungsanbieter, die eine psychotherapeutische Ausbildung durchlaufen haben, davor zurückschrecken, Selbsterfahrung in ihren Coach-Seminaren ernsthaft anzugehen. Ich weiß zudem von vielen alten Hasen, die in den ersten Jahren ihrer Arbeit zwar redlich versucht haben, Selbsterfahrung in ihre Kurse einzubinden, dann jedoch, nach einiger Zeit, einfach keine Energie mehr für diese Sisyphosarbeit aufbringen wollten. Selbst erfahrene psychotherapeutische Gruppenleiter aus meinem Team berichten, dass Selbsterfahrungsgruppen mit Coach-Ausbildungskunden für sie um vieles anstrengender sind als Selbsterfahrungsgruppen mit angehenden Psychotherapeuten oder Psychiatern. Letztere sind durch ihr Studium und durch die Arbeit schon mehr auf Selbsterkundung eingestimmt.

So trifft sich die Angst von Ausbildungskunden und Coach-Ausbildern und bildet eine Allianz, in der sich beide Seiten vor

wirklicher Bewegung und Begegnung schützen. Es wird dann sehr viel an oberflächlichen Tools und intelligenten Reflexionen „herumgedaddelt“, während viele wesentliche Prozesse in der Gruppe und bei einzelnen unerwähnt bleiben. Beide Seiten bekräftigen sich vielmehr darin, so zu tun, als wären die Bedürfnisse, Erfahrungen, Ängste und Themen, die die meisten Menschen umtreiben, gar nicht „hier und jetzt“ im Raum. Auf Seiten der Ausbilder spiegelt sich die Bereitschaft zu dieser Verdrängung oft in Aussagen wie „Coaching ist ausschließlich die Reflexion beruflichen Handelns“ oder „Bloß kein so genanntes Work-Life-Balance als Coaching-Auftrag!“

Was dabei übersehen wird: Es gibt nun mal viele andere Lebensumstände neben dem „Business“, die sich nicht wirklich ausgrenzen lassen. Diese müssen im Einzelcoaching vielleicht nicht alle in den Vordergrund der gemeinsamen Arbeit gerückt werden, trotzdem muss der Coach sie klar als Hintergrund der gemeinsamen Interaktion erkennen können. Warum Selbsterfahrung in



Dr. Björn Migge hat Medizin und soziale Verhaltenswissenschaften studiert. Er arbeitete als Oberarzt und Universitätsdozent in Zürich, bevor er in Minden das Weiterbildungsinstitut Team Dr. Migge gründete. Er ist Vorstandsmitglied im Qualitätsring Coaching. Migge schreibt zudem für das Hamburger Institut für Lernsysteme ILS Fernkurse, entwickelt Seminare und ist Autor des „Handbuchs Coaching und Beratung“. Kontakt: www.dr migge.de

diesem Zusammenhang sinnvoll ist, wissen die meisten Ausbildungskandidaten durchaus: Man soll eigene blinde Flecken erkennen und sich davor hüten, den Klienten diese unbewussten Muster und Bedürfnisse überzustülpen. Ein Coach soll auch seine Beziehungserfahrungen aus der Kindheit nicht in der Arbeit mit dem Klienten erneut inszenieren. Was angehenden Coaches oft nicht bewusst ist: Selbsterfahrung gelingt in der Gruppe viel leichter als in Form der Einzel-selbsterfahrung. Und zwar aus folgenden Gründen:

► In der Gruppe treten Prozesse, Gefühle und Muster, die in ähnlicher Weise auch in der Einzelberatung mit Klienten auftreten, in besonders vielfältiger Weise zu Tage. Dadurch erweitert sich das Erfahrungsspektrum für jeden Teilnehmer.

► Gruppen beleben Gefühle, Gedanken, Projektionen und Übertragungen bei den einzelnen Gruppenmitgliedern. Viele Verhaltensweisen, Emotionen und Kognitionen der Teilnehmer werden einer „konsensuellen Validierung“ durch andere Gruppenmitglieder unterzogen, also einer gemeinsamen Realitätsprüfung. Selbst derjenige, der sich in eine bestimmte Idee regelrecht verrannt hat, wird stutzig, wenn ihm die Gruppe

widerspiegelt, dass er eine kontraproduktive Art hat, die Realität wahrzunehmen oder Beziehungen zu gestalten.

► Gruppen zeigen uns, wie wir wirklich in der Außenwelt wirken und „ankommen“. Dieses ehrliche Feedback räumt mit dem Irrglauben auf, den wir über unser Wirken auf andere haben.

Ich habe viele Coaches kennen gelernt, denen solche Erfahrungen in ihrer Ausbildung weitergeholfen hätten, weil sie sich auch jetzt noch kaum von ihren Einschränkungen lösen können, wenn sie mit ihren Klienten arbeiten. Auf dem zweiten Gipfeltreffen der Coaching-Verbände im April 2006 werde ich vorschlagen, dass eine qualifizierte Gruppenselbsterfahrung von wenigstens 70 Stunden jede Coach-Weiterbildung flankieren sollte – zusätzlich zum Erwerb von Methoden und Wissen. Anders kann ich mir „zertifizierte Coaches“ zukünftig kaum vorstellen.

Dr. Björn Migge ■