

Ethik-Fragebogen

Wie heißt du & deine Firma und was bietest du an?

Ich heiße Ramona Vetter und biete unter rosa familia | Coaching & Beratung für Familien vorrangig Coachings im 1:1-Setting an. Aktuell erarbeite ich ein Konzept für ein zeitlich begrenztes Mentoring-Programm für Eltern, dazu weiter unten mehr.

Was ist mein persönliches WARUM? Ich möchte Familien dabei begleiten, ihren inneren Kompass (wieder) zu finden, der sie mit Gelassenheit und Zuversicht durch die Höhen und Tiefen des Alltags bringt. Coaching ist für mich primär Hilfe zur Selbsthilfe und mein Ziel ist es, dass ich im Laufe des Coachingprozesses überflüssig werde.

Bei meiner Arbeit fokussiere mich nicht „nur“ auf bspw. Mütter (auch wenn die meistens den Anfang machen 😊), sondern habe auch Elternpaare, die ganze Familie oder ab und zu auch mal das Kind im Coaching. Es kommt immer auf das Thema an und welche Konstellation für die Bearbeitung des Themas am sinnvollsten ist bzw. verfügbar ist. Das ist von Familie zu Familie sehr unterschiedlich und auch wenn eine „spitze Positionierung“ oft empfohlen wird, habe ich damit meine Schwierigkeiten. Ich habe es einfach schon ein paar Mal erlebt, dass nach 1-2 Sitzungen mit der Mutter ihr Partner plötzlich doch mit in den Prozess eingestiegen ist, obwohl er anfangs skeptisch war. Diese Offenheit mag ich sowohl für mich als auch für meinen Coachee bewahren.

Noch eine für mich persönlich wichtige Ergänzung, warum ich „Coaching & **Beratung**“ geschrieben habe: Ich habe ein sehr konkretes Verständnis, was Coaching ist und was nicht. In meiner Wahrnehmung bin ich als Coach ergebnisoffen, d.h. ich bin Expertin für den Prozess, während mein Coachee Experte/Expertin für sein/ihr Thema ist. An manchen Stellen im Coaching-Prozess kann es hilfreich sein, Impulse zu geben, um etwas bei meinem Gegenüber anzustoßen. In dem Moment verlasse ich die Coachrolle und bewege mich eher in Richtung Berater, wobei ich hier sehr genau auf meine Formulierung achte. Ich mache das für meinen Coachee transparent und frage immer, ob er/sie den Impuls überhaupt hören möchte. Wenn nicht, dann behalte ich den Impuls für mich. Und um den Coachingbegriff nicht zu verwässern, steht im Namen als Ergänzung eben noch Beratung.

Wie kam es zu deiner jetzigen Tätigkeit?

Ich habe Diplom-Pädagogik studiert mit Schwerpunkt „Außerschulische Jugend- und Erwachsenenbildung und E-Learning“. Was mich damals besonders fasziniert hat, waren die Entwicklungspsychologie-Vorlesungen, in denen es viel um die frühkindliche Bindung und die Entwicklung des Kindes ging. Nach dem Studium habe ich bei einem privaten Aus- und Weiterbildungsträger gearbeitet und bin dann nach 1,5 Jahren wieder zurück in die Heimat. Dort habe ich einen Job in einer Digitalagentur angefangen, die damals auch E-Learning-Programme entwickelt hat. Leider wurde der Teil der Firma bald aufgegeben und ich war als Projektmanagerin und Account Managerin für Websites und Rollout-Projekte zuständig. Interessanterweise hat mich das Thema Weiterbildung nie losgelassen und so habe ich viele CMS-Schulungen gegeben und intern die neuen Projektleiter mit ausgebildet. Über die Jahre habe ich immer wieder Projektteams aufgebaut und war für die Weiterentwicklung unserer Kunden zuständig. Was mich daran am meisten fasziniert hat, war zu schauen, was ein Mensch an Fähigkeiten bereits mitbringt, wie er/sie sich am besten in ein Projekt oder Thema einbringen kann, und was es braucht, damit mögliche Hindernisse überwunden werden können.

Mit der Schwangerschaft meiner Tochter hat sich plötzlich ein neues Universum aufgetan und ich habe gefühlt ab Tag 1 alles um das Thema Schwangerschaft, Geburt, Entwicklung des Kindes etc. gelesen. Auch so Themen wie „Was macht ein Kind mit einer Beziehung?“, „Wie verändert sich die Beziehung zu den eigenen Eltern?“ etc. haben mich interessiert und ich hab mich wieder an meine Entwicklungspsychologievorlesungen von damals erinnert. Es hat allerdings noch eine Weile gedauert, bis sich das bei mir zu einem sinnvollen Bild zusammengefügt hat.

Ich habe immer wieder recherchiert und überlegt, wie ich mich beruflich weiterentwickeln könnte. Sollte ich Psychologie studieren oder eine klassische Führungskräftekarriere einschlagen...? Zwischenzeitlich war ich richtig frustriert, weil ich immer wusste, da ist noch was anderes, aber ich komme irgendwie nicht dran. Ich arbeitete also weiter in der Agentur und fühlte mich wie in einem Käfig, weil der Verantwortungs- und Gestaltungsbereich mit zunehmender Kinderanzahl leider nicht wirklich größer wurde.

Und dann bin ich eines Abends bei meiner gefühlt 512. Recherche auf eine Ausbildung zum Systemischen Kinder-, Jugend- und Familiencoach gestoßen und sagte zu meinem Mann „Das ist es!“. Ich mein, ich hatte bis zu dem Zeitpunkt an die 50 Bücher zu den o.g.g Themen verschlungen und das ganze Internet leer gelesen. 😊 Und das war dann die Abzweigung in meinem Leben, die ich scheinbar nehmen musste. Endlich hatte ich einen Wegweiser, den ich solange gesucht hatte. Nach dieser Ausbildung habe ich noch eine sehr umfangreiche Grundlagenausbildung zum Systemischen Coach gemacht und im Laufe dieser Ausbildung war klar, dass ich als solcher auch arbeiten möchte, schwerpunktmäßig für Familien.

Ich habe mich erst nebenberuflich selbstständig gemacht, um nach exakt 3 Monaten festzustellen, welches Himmelfahrtskommando das mit Hauptjob und 2 kleinen Kindern unter 6 Jahren ist. Also habe ich meinen Mut zusammengefasst und mich in die Selbstständigkeit gewagt. Versuch macht klug und ich wollte nicht eines Tages auf mein Leben zurückschauen und mir denken „Ach, hätte ich doch nur...!“

Welches sind deine wichtigsten Werte?

AUTHENTIZITÄT ist auf allen Ebenen mein wichtigster Wert, weshalb ich mich auch so intensiv mit Themen wie ethischem Marketing auseinandersetze. Ich habe es kurz mal nach dem Online-Marketing-Schema F versucht, aber sofort gemerkt, dass ich das schlicht und ergreifend nicht kann. Das läuft mir und meiner Natur komplett zuwider.

Zu diesem Wert gehört für mich auch, dass ich meinen Coachees (und meinen Mitmenschen generell) auch offen zeige, dass ich nicht DIE Lösung für ein Problem habe, bzw. dass ich genauso meine Glaubenssätze und Muster habe, die mich in bestimmten Situationen blockieren. In meinen Augen ist das auch kein Widerspruch dazu, dass ich ein guter Coach bin. Denn ein guter Coach ist in der Lage, seinen Tisch freizuräumen, bevor er in den Prozess mit einem Coachee einsteigt.

EMPATHIE begleitet mich schon mein Leben lang und damit meine ich sowohl die Empathie anderen Menschen gegenüber als auch die Selbst-Empathie. Ich würde sogar sagen, dass für eine ausgeprägte Empathie für andere ein gewisser Grad an Selbst-Empathie nötig ist. Ich kann mich sehr gut in andere Menschen hinein fühlen und darf da auch immer auf der Hut sein, weil ich eine gewisse Hochsensivität vermute (allerdings ist das noch in keinsten Weise abgeklärt, erstmal nur ein Verdacht). Ganz grundsätzlich bin ich davon überzeugt, dass unsere Gesellschaft eine Menge Empathie vertragen kann und wir Rahmenbedingungen schaffen sollten, damit Empathie auch geschult und erlernt werden kann. Auch wenn es da unterschiedliche Veranlagungen geben mag, bin ich überzeugt, dass ein Mensch seine Empathiefähigkeit bis zu einem gewissen Grad trainieren kann.

WERTSCHÄTZUNG ist der dritte Wert, der in meinem Leben sehr stark ist. Und damit meine ich z.B. auch die Wertschätzung für meinen Coachee und die Tatsache, dass er sein Thema bisher noch nicht gelöst hat. Meine Ausbilderin hat für mich den Satz geprägt, dass hinter jedem Verhalten eine positive Absicht steckt, auch dann, wenn wir sie selbst nicht als positiv wahrnehmen oder wir sie nicht auf Anhieb erkennen können. Allein diese Haltung hat meinen Umgang mit Menschen sehr verändert, auch im privaten Kontext. Dadurch kann ich sehr viel Raum geben für Gedanken, für Gefühle, kann mit aushalten, auch dann, wenn erstmal keine Lösung in Sichtweite ist.

Was qualifiziert dich dazu, deine Tätigkeit auszuüben (Ausbildungen, Erfahrung, etc)

Ich habe Diplom-Pädagogik studiert mit Schwerpunkt „Außerschulische Jugend- und Erwachsenenbildung und E-Learning“. Zusätzlich habe ich eine Ausbildung zum Kinder-, Jugend- und Familiencoach gemacht und eine Ausbildung zum Systemischen Coach. Danach folgten Weiterbildungen zum Thema „Aufstellungen im Familienkontext“ und „Brainlog“. Ja, und meine Erfahrung als Mutter von 2 Kindern ist für meine Tätigkeit als Familiencoach natürlich auch hilfreich, auch wenn ich besonders darauf achten muss, dass ich dem Coachee meine Konstruktion von Wirklichkeit nicht überstülpe.

Auf welchen Wegen arbeitest du mit Menschen? (Online/offline, Kurse, Persönlich etc)

Aktuell arbeite ich viel online. Bedingt durch die Pandemie hat ein Teil meiner Ausbildung online stattgefunden, weshalb ich auch entsprechend darin geschult bin. Gleichzeitig bevorzuge ich das Coaching in Präsenz, weil im direkten Kontakt nochmal eine andere Ebene dabei ist, die online nur schwer greifbar ist.

Perspektivisch möchte ich gerne eine gute Mischung aus Online- und Offline-Coaching durchführen.

Aktuell erarbeite ich gerade ein Konzept für ein Mentoring-Programm für Eltern, bei dem ich Elternpaare gerne über einen festgelegten Zeitraum von 3-4 Monaten intensiver begleiten möchte. Diese Angebot soll für die Eltern zeitlich und finanziell überschaubarer sein als das 1:1-Coaching, dessen Umfang anfangs nicht eindeutig abschätzbar ist.

Wichtig für mich ist **bei jedem Angebot** der direkte Kontakt und die individuelle Begleitung, weshalb ich mir große Gruppenkurse oder reine Onlinekurse mit nahezu ausschließlich Eigenanteil nicht vorstellen kann.

Auf welchen Grundpfeilern steht dein Angebot (z.B ethische Grundsätze, Leitlinien, Werte etc.)

Meine Arbeit richtet sich nach der Ethikrichtlinie des Deutschen Coaching Verbands, eine meiner Ausbildungen ist vom DCV zertifiziert. Hinweis: ich selbst bin noch nicht beim DCV zertifiziert, strebe eine solche Zertifizierung aber in den nächsten 1-2 Jahren an.

Ganz grundsätzlich steht für mich mein Coachee im Vordergrund, d.h. es ist meine Aufgabe als Coach mich und meine Themen nach hinten zu stellen. Gelingt mir das nicht, verschiebe ich einen Termin oder falls es grundlegender ist, beende ich den Coaching-Prozess.

Ich begegne meinem Coachee stets mit Wertschätzung und auf Augenhöhe. In meiner Wahrnehmung bin ich die Expertin für den Prozess, mein Coachee ist Experte/Expertin für sein/ihr Thema. Ich bin zu keinem Zeitpunkt besser, schlauer etc. als mein Coachee.

Als Coach bin ich allparteilich dem System gegenüber, d.h. ich ergreife keine Partei für meinen Coachee.

Ich arbeite zu jeder Zeit transparent. Das beginnt beim kostenlosen und unverbindlichen Erstgespräch, in dem ich den Coachee über meine Arbeitsweise, den Umfang und die Kosten informiere. Für jeden Prozess gibt es einen Coachingvertrag, der die grundlegende Zusammenarbeit definiert, wobei es keine Abnahmeverpflichtung seitens des Coachees für die von mir veranschlagten Stunden gibt. Und auch während des Prozesses informiere ich meinen Coachee über die angewandten Methoden.

Ich mache keine Versprechen, schon gar nicht in Richtung Heilung.

Coaching basiert auf dem Prinzip der Freiwilligkeit, d.h. es wird niemand zu irgendwas gezwungen.

Für mich gilt: „Kein Coaching ohne Auftrag!“. Das bedeutet zum Einen, dass ich niemanden coache, der mir keinen Auftrag erteilt hat (gilt auch und v.a. für den Privatbereich). Zum Anderen heißt das

auch, dass ich bei einem Coachee nicht Thema X coache, obwohl er mit Thema Y zu mir kommt. Manchmal fällt einem als Coach ja schon noch ein Nebenthema auf. Dann weise ich schon darauf hin, aber wenn der Coachee ablehnt oder nicht darauf eingeht (aus welchen Gründen auch immer), dann bleibe ich bei dem Thema, das wir besprochen haben.

Und natürlich ist das Coaching vertraulich, d.h. ich bewahre Stillschweigen über den Coachee und seinen Prozess. Das ist vor allem beim Coaching mit Kindern wichtig, d.h. die Eltern erfahren von mir nichts über den Prozess (Ausnahme: es bestünde Gefahr für Leib und Leben). Mir ist wichtig, dass mein Coachee weiß und spürt, dass er bei mir einen geschützten Raum hat.

Worauf achtest du bei deinen (potenziellen) Klienten?

Der wichtigste Teil ist für mich das Erstgespräch, das für meinen Coachee kostenlos und unverbindlich ist. Es dauert ca. 30-45 Minuten und dient dazu, einen Einblick in das Thema zu bekommen, den Coachee über meine Arbeitsweise aufzuklären und das weitere Vorgehen zu besprechen.

Hierbei achte ich vor allem auf drei Dinge:

- Der Coachee ist aus freien Stücken da.
- Das Thema ist grundsätzlich für Coaching geeignet (und gehört nicht z.B. in die Hände eines Therapeuten).
- Ich habe das Thema des Coachees nicht selbst bzw. wenn, dann überprüfe ich für mich, ob ich in der Lage bin, meinen Tisch komplett frei zu räumen.

Darüber hinaus schaue ich immer auf die individuellen Ressourcen des Coachees, weil mit denen in meiner Wahrnehmung das Coaching steht und fällt. Intervention X mag bei einem Coachee geholfen haben, aber wenn der nächste Coachee nicht annähernd die Ressourcen dafür mitbringt, wird diese Intervention ins Leere laufen. Für mich ist es wichtig, dass der Coachee in einem arbeitsfähigen Zustand ist. Ist er das nicht, ist mein Fokus erstmal der Ressourcenaufbau.

Was sind die Grenzen deines Angebotes?

Ganz einfach gesagt, alle Themen, die bei mir nicht in den richtigen Händen sind, weil ich dafür nicht ausgebildet bin.

Aber auch meine eigene Verfassung kann eine Grenze sein. Wenn ich bspw. nicht fit oder nicht belastbar bin, dann coache ich nicht. Es liegt in meiner Verantwortung, in einem entsprechend ressourcenvollen Zustand zu sein, damit ich ein gutes Coaching anbieten kann. Das ist für mich auch eine gewisse Wertschätzung meinem Coachee gegenüber, der Zeit, Kosten und Energie investiert, um bei seinem Thema voranzukommen.

Wie leicht fällt es dir zu sagen: Ich kann dich leider nicht als Klienten annehmen und verzichte auf das Geld, weil es im Sinne des Klienten ist?

Das ist für mich kein Problem, weil ich dazu eine sehr klare Haltung habe. Meine Aufgabe ist es, für meinen Coachee der bestmögliche Coach zu sein (fit, ausgeschlafen, aufnahmefähig, für die Sitzung frei von eigenen Themen, reflektiert etc.). Wenn ich das nicht sicherstellen kann, verschiebe ich eine Sitzung oder lehne einen Klienten ab.

Würdest du einen Klienten annehmen, der dir 1 Mio € für das Coaching bietet, aber schwere Depressionen hat?

Wenn ja / Wenn nein, warum?

1 Million klingt verlockend, aber ich weiß, dass mich so viel Geld nicht glücklicher oder zufriedener macht. Ich würde dann ziemlich sicher immer noch als Familiencoach arbeiten, weil ich diese Arbeit einfach liebe.

Ich darf einen Menschen mit einer schweren Depression nicht coachen. Punkt.

Was ist dir wichtig, was deine (potenziellen) Klienten über dich und deine Arbeit wissen sollten?

Ich kann wirklich sehr gut zuhören und einen großen geschützten Raum aufmachen, in dem alles da sein darf. Und das mache ich überwiegend, in dem ich Fragen stelle, viele Fragen. 😊

Was man bei mir nicht findet: Ratschläge à la „Mach´ doch mal X, dann passiert Y.“

Wie (oder durch was) gestaltest du den sicheren Raum bzw. eine vertrauensvolle Umgebung für deine Klienten?

Ich bin meinem Coachee transparent gegenüber, was den Prozess und die angewandten Methoden/ Interventionen angeht.

Der Coachee bestimmt das Thema, aber auch das Tempo. Ein Satz, der mir dabei hilft „Don´t push the river“. Den habe ich von einem meiner Ausbilder gelernt und mir einfach eingeprägt.

Ich informiere meinen Coachee darüber (und wiederhole das bei Bedarf auch), dass ich absolut verschwiegen bin und alles, was er mir erzählt, vertraulich behandelt wird. Dazu gehört beim Online-Coaching bspw. auch, dass ich keine Sitzungen aufzeichne und die Sitzungen verschlüssele.

In Präsenz achte ich darauf, dass der Coaching-Raum entsprechend eingerichtet ist bzw. niemand von außen reinschauen kann.

Wenn der Coachee signalisiert, dass er eine Pause braucht, dann bekommt er die selbstverständlich.

Und wie vorhin schon geschrieben, ich Sorge dafür, dass es mir als Coach auch gut geht, wenn ich im Coaching. Ich muss den Prozess halten und dabei auch vieles mit aushalten (z.B. starke Gefühle). Wenn ich in dem Moment nicht gefestigt bin, dann verunsichert das meinen Coachee und er fühlt sich nicht mehr wohl.

Wie sicherst du die Qualität deiner Begleitung?

Das passiert auf unterschiedlichen Ebenen.

Ich definiere mit dem Coachee ein Ziel (für den gesamten Prozess, aber auch für jede einzelne Sitzung) und überprüfe den Status immer mit der Skalenfrage. Bei dem Ziel geht es nicht um „Höher, schneller, weiter“, sondern darum zu schauen, wo der Coachee gerade steht und wie er in seinem Prozess vorankommt.

Am Ende einer Sitzung hole ich mir Feedback vom Coachee, indem ich frage, was für ihn heute hilfreich und was weniger hilfreich war.

Wenn ich eine Intervention für eine Sitzung plane, dann bereite ich mich entsprechend vor. Nicht alle Interventionen, die ich bisher gelernt habe, kann ich im Schlaf. Deshalb schaue ich mir den genauen Ablauf nochmal an bzw. mache mir Notizen als Unterstützung während der Sitzung.

Ich bleibe im Coaching bei den Themenfeldern, für die ich ausgebildet bin. So würde ich z.B. nie eine Arbeit mit dem Inneren Kind machen. Was nicht ausschließt, dass in der Teilarbeit nicht auch mal ein kindlicher Anteil zu Wort kommen kann.

Ich nutze sehr regelmäßig die Möglichkeiten der Intervision mit Kolleg:innen sowie Supervisionen. Dabei ist es mir wichtig, dass ich eine weitere Perspektive auf einen Coachee und sein Thema bekomme und nicht Gefahr laufe, in meiner Konstruktion von Wirklichkeit hängen zu bleiben.

Was machst du um dich Fortzubilden?

Ich nutze einerseits ganz klassische Fortbildungen, wobei ich hier sehr bewusst darauf achte, dass ich nicht von Fortbildung zu Fortbildung hüpfе. Ich bin kein Verfechter von „Viel hilft Viel“. Fortbildungen sind für mich eher ein Feinschliff der eigenen inhaltlichen Ausrichtung, d.h. Fortbildung dient für mich der Vertiefung meines Wissens.

Darüber hinaus schätze ich mittlerweile auch sehr den fachlichen Austausch, der bspw. auf Instagram stattfindet. Allein dein Account hat mich, was das Thema „Ethisches Marketing“ angeht, echt vorangebracht. Ich habe schon so viel mitgenommen.

Und ich lese sehr viel. Fachmagazine und Bücher genauso wie Studien und wissenschaftliche Arbeiten.

Wie wichtig ist Selbstreflexion für dich?

Ich würde diese Frage eigentlich gerne umformulieren in „Was bedeutet Selbstreflexion für dich?“, weil hoffentlich niemand, der diesen Fragebogen ausfüllt bzw. als Coach arbeitet, Selbstreflexion als unwichtig erachtet.

Selbstreflexion findet in meinem Leben eigentlich permanent statt, nicht nur als Coach. Und ich meine das nicht im Sinne einer Selbstoptimierung, die darauf folgen soll, sondern in einer gewissen Achtsamkeit sich selbst gegenüber. Coach zu sein ist wunderschön, aber auch sehr anstrengend und herausfordernd. Indem ich mich selbst reflektiere, weiß ich, wo ich stehe, wie es mir geht, was mir fehlt und was ich brauche. Das sind essentielle Informationen, die ich für meine Arbeit brauche. Ansonsten laufe ich Gefahr, dass ich mich nicht mehr auf meinen Coachee einlassen kann. Wenn ich nicht weiß, wo ich mit meinen Gedanken und Gefühle aufhöre, weiß ich auch nicht, wo mein Coachee mit seinen Gedanken und Gefühlen anfängt.

Nimmst du selbst Coaching in Anspruch? Wenn ja / nein warum?

Ja, das tue ich, weil ich selbst ein Mensch bin mit Glaubenssätzen, mit Mustern, mit Situationen, in denen ich blockiert bin. Ich habe bestimmte Beziehungserfahrungen gemacht, habe bestimmte Charaktereigenschaften sowie Werte und Bedürfnisse - all das kann mal förderlich, mal hinderlich sein.

Coaching unterstützt mich im Prinzip bei MEINER Selbstreflexion.

Welche Probleme siehst du im Coachingsektor?

Es gibt keine allgemein verbindlichen Standards, die den Beruf des Coaches irgendwie sichern würden. Das führt dazu, dass der Coachingbegriff extrem verwässert ist, weil es so viele Varianten und Ausprägungen gibt.

Und was mich wirklich nervt, sind Coaches, die einerseits Versprechen geben und gleichzeitig suggerieren, dass man selber schuld ist, wenn man es nicht hinkriegt (Mindset und so.)... Das ist für mich ein totaler Widerspruch und verdammt unfair.

Im Coachingbereich wird auch immer wieder Terminologie aus dem therapeutischen Bereich verwendet, um Angebote verkaufen zu können (z.B. Trigger oder traumatisch). Das finde ich wirklich bedenklich.

Was wünschst du dir für den (Online-)Coachingbereich?

Allgemein verbindliche Standards (also über alle Verbände und Vereine hinweg) und darauf basierend entsprechende Prüfverfahren. Wir arbeiten mit Menschen und heutzutage kann jeder - egal, wie gut oder ob er überhaupt ausgebildet ist - sich ein Coachschild an die Tür hängen. Das darf nicht sein.

Und ja, mir ist bewusst, dass das nicht einfach umsetzbar ist. Es ist aber auch nicht einfacher, wenn Menschen aufgrund falscher Versprechen in Selbstvorwürfen enden und nicht die Begleitung/Hilfe bekommen, die sie eigentlich dringend benötigen.

Darüber hinaus würde ich mir mehr interdisziplinäre Zusammenarbeit mit Therapeut:innen und Ärzt:innen wünschen, weil ich überzeugt davon bin, dass die Hilfe für den jeweiligen Menschen dann noch passender abgestimmt werden kann.

Eine Anerkennung als adäquate Präventivmaßnahme und damit verbunden eine Finanzierung durch Krankenkassen. Gerade für Privatpersonen ist Coaching nicht gerade ein niedrigschwelliges Angebot.

Hast du eine (oder mehrere) Empfehlungen für Menschen, die schlechte Erfahrungen mit Coaching gemacht haben?

Sofern diese Person noch ein Coaching machen möchte, sich einen guten Coach von einer vertrauenswürdigen Person aus dem Umfeld empfehlen lassen und diesen dann in einem Erstgespräch auf Herz und Nieren prüfen.

Mich kontaktieren. Ich meine das ernst: Sollte es eine Person aus deiner Followerschaft geben, die schlechte Erfahrungen gemacht hat, würde ich ihr 1-2 kostenlose Sitzungen à 90 Minuten anbieten, um über diese Erfahrung zu sprechen. Dem Ganzen würde natürlich ein Erstgespräch vorausgehen, um abzuklären, dass die Erfahrung nicht so erschütternd war, dass Coaching nicht mehr passend ist. Wichtig: es geht nicht darum, das Coachingthema zu bearbeiten, sondern die negative Erfahrung mit dem Coach selbst zu besprechen.

Viele Menschen haben schlechte Erfahrungen mit Therapie und wenden sich deshalb an Coaches. Was sind deine Ideen, wie sich der ganze Begleitungssektor verändern könnte, damit menschlicher und emphatischer gehandelt wird?

Eigentlich das, was ich weiter oben schon erwähnt habe:

- Interdisziplinäre Zusammenarbeit. Egal, ob Arzt, Therapeut, Coach - wir haben alle blinde Flecken, haben alle unseren fachlichen Schwerpunkt und sehen manchmal das, was links und rechts liegt, nicht. Jeder Mensch ist ein System für sich, ein sehr komplexes. Keine Disziplin kann dieses System allein erfassen und alle Zusammenhänge erkennen. Das würde uns allen gut tun, davon bin ich überzeugt.
- Finanzierung durch Krankenkassen. Coaching muss viel mehr in den Fokus von Präventivangeboten rücken, weil es da besonders wirkungsvoll eingesetzt werden kann und gerade für Privatpersonen viel niedrigschwelliger angeboten werden kann.

Es gibt sehr viele „kleine“ Coaches, die nur wenig erfolgreich mit ihrem Content sind obwohl sie viele tolle Inhalte haben und sehr viel Zeit hineinstecken - auf der andern Seite gibt es Coaches, die mit leeren Versprechungen, dubiosen Methoden und gleichbleibenden Inhalten sehr viel Geld verdienen. Was denkst du woran das liegt? Und hast du einen Ratschlag für die „kleineren“ Coaches?

Gute Coaching-Prozesse sind komplexe Prozesse. Schnelle, greifbare Lösungen, die lautstark angeboten werden, sind da natürlich erstmal attraktiver. Dabei wird oft übersehen, dass solche dubiosen Angebote in der Regel zu kurz greifen und über Pauschallösungen nicht hinausgehen. Der Transfer in die individuelle Situation ist für den Coachee dann schlicht nicht machbar.

Gerade im Social Media habe ich oft den Eindruck „Wer schreit, hat recht“ und ja, es ist nicht immer leicht, trotzdem dabei zu bleiben und weiterzumachen. Gleichzeitig dürfen wir uns auch immer kritisch fragen, ob eine große Reichweite wirklich das Ziel ist (wenn wir mal beim Beispiel Instagram bleiben)? Wir sind doch dann auch nur wieder im „Höher, schneller, weiter“-Hamsterrad und das geht mittel- bis langfristig an unsere Ressourcen als Coach. Ich will nicht 50.000 Follower, wenn ich dann täglich 300-500 DMs beantworten und Herzen muss. Für wen hat das wirklich ich einen echten Nutzen? Für mich nicht, denn dann bin ich von meiner eingangs beschriebenen Vision ganz ganz weit weg.

Und zu guter letzt, wenn du irgendwas auf der Welt ändern könntest, was wäre es?

Ich würde ein Ministerium für Empathie und Menschlichkeit einführen, das sich darum kümmert, dass auf allen gesellschaftlichen Ebenen und in den unterschiedlichen Strukturen, in denen wir verwoben sind, Empathie gelehrt, gelebt, gefühlt wird.

Danke dir & LG 😊

Ich habe zu danken.

PS:

Wo kann ich mir dein Angebot anschauen? (Poste hier gerne den Link)

Auf meiner Website <https://www.rosa-familia.de> , aber schau auch gerne auf Instagram vorbei <https://www.instagram.com/rosa.familia.coaching/>.