

KOPFSACHE



Fragt niemand mehr, warum?

Wenn Entscheidungsträger schwächeln und auch der Rest der Welt die Orientierung verliert, schaue ich gern in die philosophische Abteilung. Gernot Böhme hat eine Art Vermächtnis für seine Enkelkinder verfasst, 13 Namen zähle ich in der Widmung, ich stelle mir vor, dass sie ihren gelehrten Großpapa, umgeben von Bücherstapeln, wirklich einst Löcher in den Bauch fragten. Und dann lese ich: „... die großen Fragen, die Kinderfragen, sind der Philosophie vergangen.“ Ach, schade. Da mit dem „heutigen Übermaß an Wissen in der Welt“ alles schon klar zu sein scheint, komme der Philosophie eine andere Funktion zu, die der Kritik. Stark ist das Buch u. a. dort, wo es von der Perspektive des „idealen Menschseins“ abrückt, weil „gut Mensch zu sein“ (was etwas anderes ist, als ein guter Mensch zu sein) eben nicht künstlich, sondern gewissermaßen durch Versuch und Irrtum zu erreichen ist. Im Übrigen hoffe ich mal, dass Opa Böhme mit seiner Enkelschar einst zielgruppengerechter kommunizierte, als er es hier im Buch tut.

Regine Rachow ◀

► Gernot Böhme: Philosophieren – Für meine Enkelkinder. Königshausen & Neumann 2019 | 18,00 €

BAUCHSACHE

Bitte ~~nicht~~ stören: Hilft alles nicht

„... auch mit autogenem Training habe ich es probiert. Hilft nicht.“ Vor mir sitzt eine gebildete junge Frau, attraktiv, Ende zwanzig. Sie klagt über großen Stress auf der Arbeit und sucht „verzweifelt“ nach der einzigartigen Lösung, die sie rettet. Ich frage sie nach ihrer Erfahrung mit all den Methoden, die sie aufzählt. Sie sagt nur: „Ach, das hilft bei mir alles nicht.“ Ich stehe auf und bitte sie mit mir meine Bibliothek abzuschreiten: „Sie kennen das autogene Training, die progressive Muskelentspannung, Achtsamkeitstraining, haben eine Psychotherapie hinter sich...“ So geht es weiter und jedesmal drücke ich ihr ein Buch in die Hände. Der Stapel wächst. Dann schaue ich sie an. „Der Auftrag von Bildung heißt nicht Wissen zu sammeln, sondern zu handeln. Ansonsten wäre es Ein-Bildung. Wann fangen Sie an?“ Es war unsere Kennenlernstunde und ich hab die Klientin nicht wiedergesehen. Ich glaube aber an die unterschwellige Wirkung dieses Gesprächs.

► Horst Lempart

Horst Lempart nutzt hier als „Persönlichkeitsstörer“ eine sogenannte Impact-Technik. Er ist Coach, Trainer, Supervisor und Autor in Koblenz. Jüngstes Buch: „Das hab’ ich alles schon probiert!“ Junfermann 2016.



© Alea Horst

NACHGEFRAGT

1. Woran merken Sie, dass sich hinter dem Thema eines Coachees das Muster eines Ahnen, sagen wir ab Großeltern abwärts, verbergen könnte?
2. Wie oft kommt das im Coaching überhaupt vor?



© Hanni Halozan

Adrian Schweizer

1. Wenn der Zielsatz am Zeugungspunkt des Coachees von seinem Körper (sehen, hören, riechen, schmecken, spüren) immer noch abgelehnt wird, stammt der Widerstand aus dem Leben eines Ahnen.
2. Mehr als wir denken! Bei mir in etwa jedem fünften Coaching.



© Comella Hansen

Andrea Friedrich

1. In erster Linie durch gezieltes Fragen: Kennen Sie dieses oder ein ähnliches Problem von anderen Familienmitgliedern? Falls ja, lohnt sich auch die systemische Ebene zu beleuchten.
2. Oft. Wir lernen unbewusst sehr früh von unserem Umfeld, wie wir uns und die Welt sehen. So entstehen Blockaden, die individuell aussehen, allerdings dieselbe alte Problembasis haben.



© Bettina Volke

Karin Schmidt

1. Wenn Blockaden oder unerklärliche belastende Emotionen oft wiederkehren, der Coachee in sein altes Verhalten fällt oder nicht weiß, aus welchem Grund er das tut, was er tut, kann der Ursprung bei den Ahnen liegen.
2. In unseren Coachings sind es ca. 30 Prozent der Fälle, in denen sich die „Ahnen melden“ und die Coachees diesen transgenerationalen Stress meistens auflösen können.