

Coaching – nur etwas für Schwächlinge?

Text: Michael Micic

Coaching als Brückenfunktion in Spitzensport und Wirtschaft

Manche Mythen halten sich hartnäckig – so auch zum Thema Coaching, besonders in konkurrenzintensiven Hochleistungssystemen wie Wirtschaft oder Spitzensport. „Als gute Führungskraft oder Trainer*in brauche ich für mich kein Coaching. Das ist doch nur etwas für Schwächlinge, die dem Druck nicht standhalten, die selbst nichts auf die Reihe kriegen und im Job und im Leben einfach nicht klarkommen. Wer etwas drauf hat und selbstbewusst ist, braucht kein teures Coaching, niemand Fremdes von außen – sondern höchstens ab und zu mal jemanden, der gut zuhören kann. Und das kann man auch umsonst oder günstig im Familien- und Freund*innenkreis, in der Kneipe oder im Frisiersalon um die Ecke bekommen!“

Stimmt das wirklich? Ist die Inanspruchnahme von Coaching als Prozessbegleitung und Spiegelung von außen ein Zeichen von Schwachheit – oder doch vielmehr von Stärke? Und können das auch Lai*innen praktizieren – oder braucht es dafür wirklich (teure) Profis?

Coaching boomt – jetzt eben digital

Die Entwicklung spricht für sich: Laut dem Online-Portal „Karrierebibel“ hat sich in den vergangenen Jahren bereits die Hälfte der Manager*innen in der Wirtschaft professionell coachen lassen. Und wengleich – wie das Handelsblatt berichtet – die Nachfrage nach Präsenzcoachings durch die Corona-Krise und die damit verbundenen Kontaktbeschränkungen stark zurückgegangen ist, boomt dafür nun das digitale Coaching-Geschäft.

Welche Bedeutung Coaching inzwischen weltweit erlangt hat, zeigt sich laut der Wirtschaftswoche beispielsweise mit dem Einstieg von Prinz Harry in das Management der amerikanischen Coaching-Plattform BetterUp. Weiter heißt es in der Online-Ausgabe der Wirtschaftszeitschrift mit Bezug auf die Aussagen von Yannis Niebelschütz, dem Gründer der Berliner Plattform Coachhub, dass die Nachfrage nach Online-Coachings seit der Pandemie um ein Vielfaches zugenommen habe und dabei nun Themen wie Work-Life-Balance oder digitales Führen von Teams in den Vordergrund rückten, während es in

klassischen Präsenz-Business-Coachings „oft um Konfliktmanagement, Stressbewältigung und Zeitmanagement“ gegangen sei.

D.h. Coaching boomt nicht nur und wird zunehmend digital – sondern weitet sich aus und umfasst in Zeiten der Corona-Pandemie zunehmend alle Lebensbereiche. Und darum müsste es doch eigentlich hierzulande inzwischen völlig normal sein, offen mit Coaching umzugehen und über eigene Coachingerfahrungen zu berichten, oder?

Über Coaching spricht man (häufig) nicht – zumindest nicht hierzulande

Doch die Realität sieht nach wie vor häufig anders aus. Während es insbesondere im englischsprachigen Raum als selbstverständlich gilt, über Coaching zu sprechen und Coach*innen zu empfehlen, tun sich in Deutschland viele damit immer noch schwer. In den USA sind Coach*innen wie Brené Brown, die an der University von Houston lehrt und bereits Prinz Harry und dessen Frau Meghan gecoacht sowie Barack Obama in ihrem eigenen Podcast interviewt hat, oder Marshall Goldsmith, der als Executive-Coach, Autor, Speaker und Hochschullehrer tätig ist, weit über die Coaching-Szene hinaus bekannt. Auf LinkedIn haben sie über zwei Millionen (Brown) bzw. über eine Million (Goldsmith) Follower*innen.

Anders gestalten sich die Anhänger*innen-Zahlen bei deutschen Coach*innen. Zum Vergleich: Christopher Rauen und Sabine Asgodom, die hierzulande zu den bekanntesten Vertreter*innen ihrer Zunft gehören, versammeln aktuell auf LinkedIn 3.081 (Rauen) bzw. 5.203 Follower*innen (Asgodom) hinter sich. Trotz der hohen Inanspruchnahme von Coaching scheint es hierzulande weithin ein Tabu zu sein, offen damit umzugehen. Nicht selten notieren sich vermeintlich gestandene Führungskräfte und Mitarbeitende Coachingsitzungen im Outlook-Kalender während der Arbeitszeit als Privattermine oder un-



Als Führungskraft oder Trainer*in Coaching für sich in Anspruch nehmen – ein Zeichen von Schwachheit oder von Stärke?

©Pixabay/Schäferle



Coaching auf dem Platz (wie hier von Frauen-Bundestrainerin Martina Voss-Tecklenburg) ist unerlässlich. Auch in der Wirtschaft spielt das Coaching eine immer größere Rolle.

Foto: DFB

ter der nichtssagenden Bezeichnung „Austausch“ – entweder aus Angst, von außen einen Mangel angedichtet zu bekommen, oder sich durch Coaching einen (warum auch immer als unberechtigt geltenden) Vorteil verschaffen zu wollen. Oder auch aus anderen Gründen...

Ähnlich zurückhaltend gestaltet sich die Situation im deutschen Spitzensport: Viele Sportler*innen, Trainer*innen und deren Beratungsagenturen möchten Coachings geheim halten. Über ihre eigenen Erfahrungen weiß die Öffentlichkeit wenig bis nichts. Und auch ihre Coach*innen sind häufig nur einem Inner Circle bekannt – obwohl sie, wie beispielsweise Karin Helle und Claus-Peter Niem, bereits mit namhaften Klienten wie Jürgen Klinsmann, Jogi Löw, Stefan Kuntz oder Sebastian Kehl erfolgreich zusammengearbeitet und dies in ihren Veröffentlichungen erwähnt haben.

Enttabuisierung von Coaching in Wirtschaft und Spitzensport als Chance?

Dabei wäre es in Hochleistungssystemen wie Wirtschaft und Spitzensport wichtig, über Coaching als reflexionsförderndes und ressourcenstärkendes Format offen miteinander ins Gespräch zu kommen und so zu dessen Entmythisierung und Enttabuisierung beizutragen. Gerade im Spitzensport, wo der Coachingbegriff positiver konnotiert ist als beispielsweise die beiden eher mit Defizit, Schwäche oder Krankheit in Verbindung gebrachten Termini Sportpsychologie

und -psychiatrie, könnte Coaching eine Brückenfunktion übernehmen. Es würde ersichtlich werden, dass die dialoghafte Auseinandersetzung mit sich selbst – von Ferdinand Buer auch als „Kontemplation zu zweit“ bezeichnet – kein Zeichen von Schwäche, sondern von Stärke ist. Und das könnte sich wiederum auf die Offenheit gegenüber der Sportpsychologie und -psychiatrie auswirken und so nicht nur den Spitzensport, sondern auch andere Hochleistungsbereiche und unsere Gesellschaft als Ganzes transformieren.

To be discussed

In einem offenen Dialog könnten außerdem von Coachingverbänden festgelegte Qualitätskriterien diskutiert werden. Denn sie helfen dabei, seriöse von unseriösen Coachingangeboten (besser) zu unterscheiden und Missverständnisse aufzuklären. Zwar sind sicher nicht alle ausgebildeten Coach*innen gleichermaßen als Prozessbegleiter*innen geeignet – und ja, es gibt auch Personen im Familien- und Freund*innenkreis, in der Kneipe oder im Frisiersalon um die Ecke, die gut zuhören können und mit denen man sich gut versteht; aber professionelles Coaching geht weiter und beinhaltet die Fähigkeit der Coach*innen, gemeinsam mit ihren Klient*innen im Rahmen eines „transformativen oder fruchtbaren Dialog[s]“ (Stelster & Böning 2009:VI) tragfähige Lösungen zu entwickeln sowie dafür benötigte Ressourcen und Potenziale zu aktivieren. Und diese Fähigkeit muss erlernt werden und sie hat ihren Preis.

Oder wie siehst Du das: Ist die Inanspruchnahme von Coaching aus Deiner Sicht ein Zeichen von Schwachheit oder von Stärke? Und welche Erfahrungen hast Du bislang mit diesem Format gemacht? Wer coacht Dich? Kann jede*r coachen oder muss Coaching erlernt und als professionelle Dienstleistung entsprechend honoriert werden? Und schließlich: Brauchen wir in Deutschland – insbesondere in den Hochleistungsbereichen Wirtschaft und Spitzensport – einen offeneren Umgang mit dem Thema Coaching oder sollte es eher (weiterhin) geheim gehalten werden?

Ich freue mich auf Eure Rückmeldungen und Kommentare.

Bis demnächst!

Euer Michael Micic

Buchempfehlungen:

- Scheer, Heinz-Detlef 2009. 25 beliebte Mythen zum Thema Coaching ... und die nackte Wahrheit. Norderstedt: Books on Demand.
- Schmidt-Lellek, Christoph & Buer, Ferdinand 2011. Life-Coaching in der Praxis: Wie Coaches umfassend beraten. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Stelster, Reinhard & Böning, Uwe 2019. Coaching als mitmenschliche Begegnung: Die Kunst, zu verweilen. Wiesbaden: Springer.



Der Autor

Michael Micic, Jahrgang 1977, ausgebildeter Sportmanager, Theologe und Coach, erster Life-Coach in einem deutschen Profifußballverein (1. FC Köln), arbeitet als Personalentwickler in der Automobilindustrie und als Life-Coach im Spitzensport. Zu seinen Referenzen im Profifußball zählen A- und U-Nationalspieler sowie Bundesligaprofis. www.michael-micic.com