

19. April 2011 | pep |

Sich immer wieder neue Ziele setzen

Coaching: Thomas Schulte hat ein Buch mit Übungen zur besseren Selbsterkenntnis und Karriereförderung geschrieben

Was möchten Sie Ihren Enkeln einmal erzählen? Diese nachdenkenswerte Frage stellt der Darmstädter Coaching-Experte Thomas Schulte den Lesern seines Buches.



Was möchten Sie Ihren Enkeln einmal erzählen? Das ist die Einstiegsfrage von Thomas Schulte in seinem Buch „Coaching als Weg“. Foto: Roman Grösser

Was möchten Sie Ihren Enkeln einmal erzählen? Diese nachdenkenswerte Frage stellt der Darmstädter Coaching-Experte Thomas Schulte (49) den Lesern seines Buches. Er will sie damit anregen, das eigene Leben – das vergangene wie das zukünftige – aus einem neuen Blickwinkel zu betrachten. Was war oder ist mein Ziel – und wie kann ich es erreichen? Der Coach-Begriff stammt aus der Welt des Sports. „Wer in der Bundesliga statt in der Kreisklasse spielen möchte, kommt um einen Coach nicht herum“, erklärt Schulte. „Coaching macht Sinn, wenn man sich anspruchsvolle Ziele setzt“. Der Mann mit den jugendlichen Zügen, zu denen die weißen Haare gar nicht passen mögen, lebt seit zehn Jahren in Darmstadt. Seine berufliche Erfüllung findet der Diplom-Volkswirt und frühere Unternehmensberater während der individuellen Förderung von Klientinnen und Klienten (Coachee genannt), die in ihrem Job weiterkommen wollen.

Buchhinweis

„Coaching als Weg – Übungen für mehr Erfüllung und Intensität – was möchten Sie Ihren Enkeln einmal erzählen?“ von Thomas Schulte ist erschienen im Achter Verlag Wissen und kostet 22,90 Euro.

„Ich gebe keine Lösungen vor“, betont er. Sein Instrumentarium besteht aus Zuhören,

Fragenstellen, Feedbackgeben, Rollenspielen und Übungen, der Visualisierung der Themen am Flip-Chart, Literaturhinweisen und Brainstorming. Immer geht es darum, gemeinsam mit dem Klienten den nächsten kleinen Schritt in Richtung der Zielvorgabe vorzubereiten. Besteht bei manchen Menschen nicht die Gefahr, dass sie ihre Fähigkeiten überschätzen? Dann könnte ihnen nämlich auch kein Coach bei ihrer Karriere weiterhelfen. Schulte widerspricht: „Die meisten Klienten unterschätzen sich. Viele können viel mehr, als sie glauben“. Wenn er allerdings feststellt, dass ein Klient völlig unrealistische Vorstellungen von sich selbst hat, werden die Ziele kleiner formuliert. Frauen haben seiner Erfahrung nach die besseren empathischen Fähigkeiten. Deshalb erwarten sie, dass der Gesprächspartner weiß, was sie meinen und fühlen – was oft zu Kommunikationsproblemen führt. Coaching erstreckt sich über einen längeren Zeitraum. Manche Klienten kommen vor, nach oder während ihrer Mittagspause zu der Besprechung, manche laden Schulte auch an ihren Arbeitsplatz ein, um sich den Weg in seine Praxis zu sparen. Coaching funktioniert erstaunlicherweise aber auch über das Telefon.

„Die Stimme transportiert alles: Wie ich mich fühle oder wie es mir geht“, erklärt Schulte. Sein Buch hat er für alle geschrieben, die sich über Coaching, dieses Instrument der Personal- und Persönlichkeitsentwicklung, informieren wollen. Und für die, die kein einfacheres, aber ein erfüllteres und intensiveres Leben wünschen.

Den Untertitel „Was möchten Sie Ihren Enkeln einmal erzählen?“ hat er durch Zufall in dem Film „Transformers“ gehört, in dem diese Frage vor einer schwierigen, wichtigen Entscheidung gestellt wird. Das sei eine typische Coachingfrage, freut sich Schulte, eine Einstiegshilfe ins Thema. Durch zahlreiche Übungen und Selbstbeobachtung in bestimmten Situationen soll man sich beim Buch-Coaching – auch im Hinblick auf die Erwartungen von kollegialen Beziehungen – besser kennenlernen.

Irrtümer und Fehleinschätzungen seien nie ganz auszuschließen, räumt Schulte ein. Es gehe aber darum, sich nicht entmutigen zu lassen – wie Kinder, die laufen lernen, hinfallen, und wieder aufstehen. Wie beim Sport gelte auch hier: Ohne Fleiß kein Preis, ohne Übung kein Erfolg. Das Buch kann ein Wegweiser sein, aber den Weg einschlagen und bis zum Ende gehen, das muss jeder „Coachee“ selber.