

COACHING, BERATUNG, THERAPIE?



Viele Coaches arbeiten – vorsätzlich oder unbeabsichtigt – häufig beratend, oder an Themen des Coachees, die therapeutisch aufgearbeitet werden sollten. Deshalb hat die Schärfung des Bewusstseins, für eine Unterscheidung der Gesprächskonzepte, Relevanz.

UNTERSCHIEDE UND SCHNITTSTELLEN

Ob Coaching, Beratung oder Therapie – das Wissen um die Unterschiede hat Einfluss auf die Qualität des Coachings. So sollte Coaching verstanden werden als „Prozessbegleitung“ im beruflichen Kontext, bei dem der Coach „ganz auf die Entwicklung individueller Lösungskompetenz beim Klienten“ setzt.

Wenn allerdings Coaching auch die professionelle Beratung in beruflichen Fragen inkludiert - wie häufig erwartet -, dann ist der Coach umso mehr zur eigenen Klarheit verpflichtet. Denn die Frage sollte klar beantwortet werden können:

In welchem Modus befinde sich der Coach?

Es ist auch das Bewusstsein für seine Konzeptgestaltungsverantwortung, die ein Coach mit dem Auftrag verspricht.

Hinzu kommt, dass das reichhaltige Angebot mit seinen verschiedenen Varianten die unter dem Titel „Coaching“ gehandelt werden, erkennen lässt, dass die Titulierung alleine nicht deutlich auf ein spezifisches Unterstützungsformat verweisen kann. Seit den 80er Jahren wird Coaching zwar in Europa als Instrument der Personalentwicklung in verschiedenen Bereichen der Wirtschaft eingesetzt, doch eine eindeutig, einvernehmlich akzeptierte Definition besteht nicht. Und doch gibt es Abgrenzungen zur Beratung und Therapie, die maßgeblich sind.

BERATUNG

Der Coach verfügt über das Wissen wie professionell durch einen Prozess geführt werden kann, mit seinen verschiedenen Phasen. Er benötigt jedoch nicht notwendigerweise ein Spezialwissen in einem besonderen Arbeitsbereich. Erst, wenn Coaching gleichzeitig **Fach-Beratung** sein soll **setzt dies eine Feldkompetenz des Coachs voraus**, dessen Wissen an den „Ratsuchenden“ weitergegeben werden kann, der auch auf Grund eines spezifischen Informationsdefizites die Beratung aufsucht. Dazu gehören bspw. die Karriereberatung, Ernährungsberatung, Unternehmensberatung, Rechtsberatung, Schuldnerberatung, u.v.m..

In der Praxis ist eine Vermischung von Beratung und Coaching jedoch inhaltlich oft gegeben und je nach Spezialisierung des Coachs oder Thema ggf. sinnvoll. Doch problematisch kann die

Vermischung von Beratung und Coaching werden, wenn nicht deutlich ist in welchem Modus sich die Begleitung befindet. Denn wenn bspw. auf das Fachwissen des Coaches gesetzt wird, der jedoch keine beratende Funktion übernehmen kann und sollte oder sein Coaching als Coaching im o.g. Sinne, „ganz auf die Entwicklung individueller Lösungskompetenz beim Klienten“ definiert. Wenn diese Erwartung nicht korrigiert wird ist entweder die Auftragsklärung nicht klar erfolgt oder dem Coach der Unterschied nicht bewusst - und sind Erwartungsfehler und ggf. unterschwellige Konflikte auf beiden Seiten die Folge.

Ein Sonderfall der Beratung ist die „psychosoziale Beratung“, die in besonderen Lebensphasen Relevanz bekommen kann. Dann, wenn bisherige Handlungsmuster als nicht mehr förderlich wahrgenommen werden und Lebenskrisen die Folge sind. Psychosoziale Beratung zielt besonderes darauf ab, psychische Faktoren als Ursache der Entstehung sozialer Probleme und Leidensdruck zu erkennen – und umgekehrt. Typische Themen sind z.B. Erschöpfungszustände, wie das „BurnOut“-Syndrom oder berufliche belastende Umbrüche.

PSYCHOTHERAPIE

Psychotherapie befasst sich dagegen mit der Bearbeitung tiefgehender persönlicher Probleme, deren Ursprung weit in die Lebensgeschichte zurückgreifen oder traumatisch sein kann. Diese sind in Klassifikationssystemen, wie der ICD („Internationale statistische Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme“, Herausgegeben von der WHO) oder dem DSM („Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders“) aufgeführt. Die Unterschiede zum Coaching sind daher schon in den Rahmenbedingungen zu sehen.

1.: Das Psychotherapeutengesetz (1998, PsychThG) regelt die Verortung einer Psychotherapie in der Heilkunde und behandelt somit Störungen mit Krankheitswert.

2.: Die Psychologische Psychotherapie setzt, mit ihrer Anerkennung und Anwendung spezifischer Verfahren, eine mehrjährige medizinische oder psychologische Ausbildung/Studium der Psychotherapeuten voraus. Heilpraktiker für Psychotherapie haben eine andere Zugangsregelung.

Dabei verweist alleine die Dauer einer bewilligten Therapie über ggf. mehrere Jahre, auf diagnostizierte, innerpsychische Probleme, auf die damit zusammenhängend angestrebte Veränderung der Persönlichkeit und ist damit in ihrer Indikation auf eines der o.g. Verfahren angewiesen.

HYPOTHESEN VS. DIAGNOSEN

Coaches sind nicht dazu ausgebildet klinische Diagnosen zu stellen und verfügen nicht über entsprechendes Fachwissen, um psychische Erkrankungen zu heilen. Alles was an „Diagnostik im Coaching“ ein eben solches Vorgehen impliziert, kann letztlich nur als hypothetisches Wissen aufgestellt werden. Das kann dennoch, im ungünstigen Fall, eine Person „festschreiben“. Daher sollte auch eine „Hypothese“ im Coachingprozess immer wieder überprüft werden und schon gar nicht eine „Diagnose“ im klinischen Sinn sein.

Als übergreifende Voraussetzung aller Gesprächskonzepte ist eine umfassende Weiterbildung in den ausgewiesenen Bereichen zu sehen. Eine Coachingweiterbildung von ein- eineinhalb Jahren bildet eine fundierte Basis. Denn je individueller und angemessen Menschen unterstützt werden sollen, je dichter am Menschen und seinen persönlichen Belangen gearbeitet werden will, desto mehr setzt dies viel Wissen über die eigene Person voraus.

Dies ist weder mit Fernkursen noch mit „Vier-Wochen-Kompaktausbildungen“ möglich. Denn der Selbstexplorationsprozess und die Entwicklung und Verinnerlichung von Neuem benötigt Zeit – das ist beim Coachee nicht anders als beim (werdenden) Coach.

Sie haben Fragen oder Anmerkungen zum Artikel?

Wir freuen uns auf Ihre E-Mail! An: Christiane Hellwig, info@dacb.de