

STECKT COACHING NI DER KRISE, FRAU BOCK?

Dr. Petra Bock berät
Unternehmer und
Privatkunden. Sie hat
Bestseller zu persön-
licher Entwicklung und
Karriere geschrieben
und leitet die renom-
mierte Dr. Bock
Coaching Akademie, die
wissenschaftlich fundiert
"Profi-Coach"-erweitert
ausbildet.

Interview Friederike Trudzinski

Miese Coach*innen zu finden ist in Zeiten sozialer Medien so einfach wie nie. Dr. Petra Bock gehört zu den Guten. Wir haben mit der Godmother der deutschen Coaching-Szene über schwarze Schafe und Red Flags gesprochen – und über das Potenzial ihres Berufsstands

F

Frau Dr. Bock, der Verbraucherschutz warnt vor Life- oder Money-Coaches, die auf TikTok und Co zu echten Menschenfänger*innen werden. Selbst bekannte Namen machten zuletzt negative Schlagzeilen. Steckt Ihre Branche in der Krise?

Aus meiner Sicht und Erfahrung explodiert der Coachingmarkt gerade eher, entwickelt sich also sehr stark, weil wir in einer großen gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Transformation stecken. Seriöses Coaching ist ein etablierter Beruf. Das sind meist Freiberufler*innen, die in großen Unternehmen arbeiten, um bei konkreten Herausforderungen zu unterstützen. Oder die Menschen helfen, ihre Lebens Themen in den Griff zu bekommen. Die haben sich in Deutschland gut etabliert.

Und dann sind da noch die anderen ...

Aktuell überrollt uns eine richtige Welle von etwas, das man in den USA Greed Business nennt. Von Greed wie Gier. Die Konzepte kommen aus der New-Age- und Self-Improvement-Szene. Da werden Ideen, die es bereits in den 80er-Jahren gab, mit dem Coaching-Begriff für eine junge Zielgruppe aufgewärmt. Im Kern stehen Pseudoweisheiten wie „Du bist selbst an allem schuld in deinem Leben, und du kannst mit den richtigen Gedanken alles herbeidenken und machen“. Diese Menschen überreizen die Idee der Selbstverantwortung an die Grenzen der Belastbarkeit.

Wie meinen Sie das?

Etwa wenn Krebspatient*innen eingeredet wird, sie seien selbst an ihrer Erkrankung schuld. Das ist furchtbar und gefährlich. Oder das sogenannte Human Design: ein esoterisches Modell, wo ein angeblich Erleuchteter in den 60er-Jahren auf Ibiza die Formel für die Berufung jedes Menschen gefunden hat. Es ist mir schon fast unangenehm, darüber zu sprechen. Da müssen Sie Ihr Geburtsdatum angeben. Und so soll anhand einer geheimen Formel ermittelt

werden, wofür Sie angeblich geboren sind. Schon für die Erstanalyse, habe ich von einigen gehört, muss man Tausende Euros zahlen. Diese Menschen haben den Begriff Coach*in gekapert, weil der gut klingt und nicht geschützt ist. Jeder kann sich theoretisch so nennen. Aber was diese Menschen machen, hat mit ernsthaftem Coaching nichts zu tun. Das Problem ist, dass das viele, auch gerade

„DIESE MENSCHEN HABEN DEN BEGRIFF COACH*IN GEKAPERT“

in den Medien, nur schwer unterscheiden können und das zu Recht kritisch betrachten. Deshalb ist es gut, wenn Medien Aufklärungsarbeit leisten.

Müsste der Begriff Coach*in geschützt werden?

Nein. Es gibt ja viele Berufe, die als solche nicht geschützt sind: Unternehmensberater*innen zum Beispiel. ▶

T

Trotzdem gibt es da eine gewisse Unterscheidungskompetenz und Markenbildung. So weiß man etwa, dass man bei Boston Consulting eine sehr gute Leistung bekommt. Ich glaube, dass wir uns in unserem Berufsstand über eine solche Markenbildung weiterentwickeln können. Außerdem entwickelt sich ein geschützter Beruf schlechter weiter und bleibt oft auf dem Stand derjenigen, die das mal aufgesetzt haben. Ich bilde gerade auch Psycholog*innen fort. Da sehe ich, wie der Schutz des Berufs auch fortschrittshemmend wirken kann. Wir bräuchten ja mindestens zehnmal so viele Therapeut*innen als wir heute haben. Aber das ist so eingeschränkt, und es ist so schwer, die ganzen Stadien der Ausbildung zu durchschreiten, dass wir zu wenig Leute haben. Da ist ein Riesenmangel!

Auch aufgrund dieses Vakuums landen Menschen, die eigentlich therapeutische Hilfe bräuchten, bei Coach*innen. Wo zieht man da die Grenze?

Das sind im Grunde klare Kriterien: Für ein Coaching brauche ich ein gesundes, mündiges Gegenüber. Eine Person, die eigene Entscheidungen treffen kann und nicht von mir erwartet, diese für sie zu treffen. Auch wer körperliche oder psychosomatische Beschwerden hat, muss zum Arzt oder zur Therapeutin, nicht zu mir. Ich würde es so vergleichen: Nach einem Unfall brauchen Sie keinen Sportcoach, sondern eine medizinisch ausgebildete Reha-Trainerin.

In den letzten Monaten standen selbst beliebte Coach*innen wie Laura Malina Seiler oder Veit Lindau in der Kritik. Hier wurde unter anderem die mangelnde Abgrenzung von therapeutischen Angeboten bemängelt ...

Wir leben in einer Zeit, in der viele Menschen nach Orientierung suchen. Wo

„VEIT LINDAU IST FÜR MICH DER ANDREAS GABALIER DES COACHING“

viele nachdenken: Führe ich das Leben, das ich möchte? Solche Instagram-Coach*innen sind ein guter Einstieg in die Auseinandersetzung mit sich selbst. Sie geben Denkanstöße und bereiten den Boden für Selbstreflexion. Aber für mich ist das eher Unterhaltung. Lindau ist für mich der Andreas Gabalier der Coachingszene. Das ist auch fein. Lediglich die Inhalte von Podcasts oder Social-Media-Inhalte zu konsumieren ist noch kein Coaching. Es ist bestenfalls Inspiration oder Anregung. Ansonsten kommt es immer wieder zu Fällen, wo Menschen es missverstehen und dieses Angebot als ein tiefgreifendes Entwicklungsangebot begreifen. Aber das ist es eben nicht.

Wo liegt der Unterschied?

Wenn Coach*innen Hallen füllen, findet die Show auf der Bühne statt – es geht um den Star, den man erleben will. Beim echten Coaching findet die Show im Kopf der Klient*innen statt. Der Coach hilft mir lediglich, selbst Klarheit zu gewinnen. Das ist eine sehr wichtige Unterscheidung. Was ich aber wirklich kritisch sehe, ist, wenn diese großen Namen versprechen, Menschen in Gruppen von Tausenden auszubilden und ihnen zu suggerieren, sie könnten sich damit eine ernsthafte Existenz aufbauen, sie hätten nach einer Massenausbildung die Kompetenz, Menschen verantwortlich durch Prozesse zu begleiten. **Ihre Akademie gehört zu den renommiertesten. Wie sieht eine seriöse Coaching-Ausbildung aus?**

Bei uns sind in einer Gruppe bis zu 20 bis 25 Menschen. Coaching ist ein verantwortungsvoller Beruf, bei dem man unterscheiden können muss, ob jemand Coaching oder Therapie braucht. Welche Versprechen er oder sie geben darf und welche nicht. Und ich halte es für notwendig, wissenschaftlich fundierte Methoden zu lernen. Deshalb dauert eine gute Ausbildung auch mindestens ein Jahr. Diese Schnellkurse übers Wochenende – das ist verrückt! Gut ausgebildete Coach*innen werden aktuell dringender gebraucht denn je. ☑

WIE ERKENNE ICH GUTES COACHING?

GREEN FLAGS

1. Dein*e Coach*in bietet kostenlos ein Vorgespräch an. Das findet nur zwischen Coach*in und dir statt, nicht im 10er-Zoom oder mit Bots oder Assistent*innen.
2. Dein*e Coach*in arbeitet mit nachvollziehbaren, wissenschaftlichen Methoden.
3. Auf der Website steht, wo er/sie ausgebildet wurde und nach welcher Tradition gearbeitet wird.
4. Gute Coach*innen haben meist ein Spezialgebiet, eine Feldkompetenz und verweisen falls nötig auf Kolleg*innen.

RED FLAGS

1. Das Coaching läuft nur über Streams, individuelle Anliegen werden nicht berücksichtigt.
2. Dir wird eine vollkommene Transformation oder Einblick in tiefere Weisheiten versprochen
3. Dein*e Coach*in verlangt exorbitante oder sehr niedrige Stundensätze. 150 bis 500 Euro sind üblich. Sehr bekannte Coach*innen oder solche mit spezieller Expertise verlangen teilweise mehr.