

Was Manager in den Wald treibt

Manuela Keil

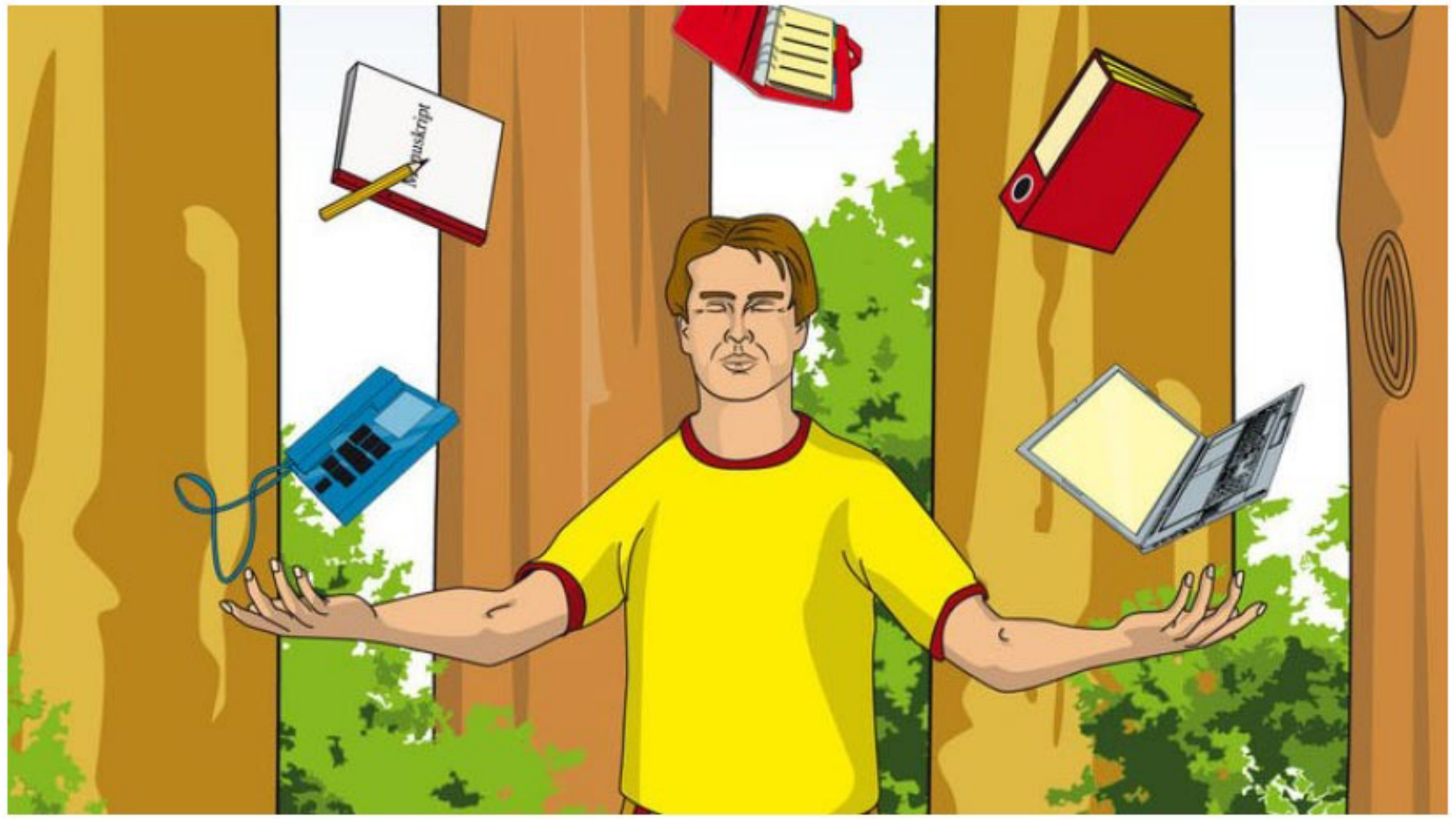


Foto: Jörg Dommel

Akupressur, Boxen, Karate oder Pferde führen: Sind solche Angebote fauler Zauber oder eine sinnvolle Hilfe?

Hamburg. Langsam gleiten die Hände mit unterschiedlichem Druck über den Körper des Managers. Dieser gibt sich ganz der entspannenden Kraft der Massage hin. Vor seinem geistigen Auge entstehen positive Bilder von bislang erreichten Zielen. Was auf den ersten Blick wie Ayurveda oder ein esoterisches Seminar erscheint, ist ein ungewöhnliches Personal-Coaching für Führungskräfte, das Ekkehard R. Neumann entwickelt hat. Fauler Zauber oder wirksame Methode?

Der Geschäftsmann Karl-Martin Wolf, Leiter eines Getränkeunternehmens erlebte das Coaching positiv. Wolf trug sich lange mit dem Gedanken, ob er seinen Betrieb ausbauen sollte, fühlte sich über Monate völlig zerrissen und blockiert. Dann ließ er sich drei Tage lang im Vitalzentrum bei Ekkehard Neumann in Schweden beraten. Das Coaching-Konzept verbindet Ruhepole wie die Natur und Stille mit Bewegung, Entspannung mit Anspannung und intensiven Gesprächen. Neumann: "Ich sehe mich nicht als klassischen Coach, sondern als Navigator und Erinnerer, der Körper, Geist und Gefühle wieder miteinander verbindet." Die Akupressur-Massagen seien dabei sehr wichtig, denn sie helfen, Blockaden zu lösen. Der Coach nutzt bei seiner Arbeit mit Managern, Sportlern und Selbstständigen weltweit Kenntnisse der chinesischen Medizin.

Unternehmer Wolf gewann in Schweden Klarheit und entschied, den Betrieb nicht auszubauen. "Das Coaching hat mir geholfen, eine Entscheidung zu treffen, die vom Kopf, Herz und Bauch her passt." Vier seiner Mitarbeiter schickte Wolf daraufhin ebenfalls nach Schweden. Die Kosten im fünfstelligen Bereich seien gut investiert. Seine Mitarbeiter seien hoch motiviert zurückgekommen. Der Unternehmer: "Sie fühlen sich ernst genommen und anerkannt."

Wolfs Mitarbeiter haben in Schweden ihr inneres Gleichgewicht, ihre Mitte gefunden. Um dieses innere Zentrum geht es auch im Coaching-Ansatz von Thomas Zint, der die Kampfkunst Karate nutzt. Ein Sport, der zugleich den Geist, das Abschalten und Loslassen trainiert sowie einen besseren Umgang mit Aggressionen - den eigenen und fremden. "Die asiatischen Kampfkünste sind eine hohe Schule fürs Leben und lehren uns, wie wir mit der richtigen Geisteshaltung unsere Energie aktivieren, mit unseren Potenzialen haushalten und diese gezielt einsetzen", sagt Zint, der seit 1992 das Institut Management-vital betreibt. Er coacht auch die Mitarbeiter von fusionierten Firmen und setzt Karate gegen deren Vorurteile, Ängste und Unsicherheit ein. "Die Karateübungen trainierten Flexibilität, Reaktionsschnelligkeit und Beweglichkeit."

Statt auf Kampfkunst setzt Jörg Ristau auf Bewegung. Bei dem Hamburger Coach sitzen die Führungskräfte nicht in einem Seminarraum, sondern joggen um die Alster oder an der Elbe. "Ohne Krawatte und Rolex kommen die Kandidaten in Sportkleidung in der inoffiziellen Begegnungsstätte Natur auf völlig neue Sichtweisen ihrer Probleme", sagt Ristau, der seit 20 Jahren im Coaching-Geschäft tätig ist und diesen Ansatz vor zwei Jahren entwickelte. Das Laufen ist dabei nur das Medium. Kern ist das klassische Einzelcoaching mit den Fragen: Wo stehe ich gerade? Was bewegt mich? Wo will ich hin? Jörg Ristau sagt: "Entstehen dabei Stress oder Denkblockaden, so werden diese beim Laufen sofort abgebaut."

Ob Karate, Joggen, Massagen, Boxen oder Coaching mit Pferden - das Angebot in diesem Bereich ist enorm vielfältig. Darum empfiehlt sich eine kritische Distanz. Gerade bei ungewöhnlich anmutenden Coaching-Methoden sollte man sich umfassend über die Qualifikation und die Vorgehensweise eines Coachs erkundigen, sagt Marktbeobachter und Coaching-Experte Christopher Rauen. Man müsse sich bei einigen Angeboten schon die Frage stellen, ob hier nicht der Unterhaltungsfaktor im Vordergrund stehe.

"Coaching ist ein Riesenmarkt der Illusionen", sagt Personalberater und Diplom-Psychologe Claus Peter Müller-Thurau. "Die Hauptfrage ist immer, was lässt sich gut verkaufen. Es wimmelt heute von selbsternannten Coaches." Ein guter Coach weise sich durch entsprechende Referenzen aus. Die Experten raten, eine gesunde Skepsis bei der Suche nach einem seriösen Coach anzuwenden und einige Tipps zu beachten (s. Kasten). Ein Coach muss die schwierige Gratwanderung zwischen Nähe und Distanz, Fragen und Zuhören schaffen, meint der Spezialist für Wissensmanagement Helmut Wöginger. Das erfordere eine solide Ausbildung, viel Erfahrung und psychologisches Geschick.

Bernd Martensen war ein klassischer Burn-Out-Kandidat, auch wenn er sich nicht krank fühlte. Der Manager eines großen Automobilbauers hatte massive Schlaf- und Konzentrationsstörungen, war ständig gereizt und stellte Gedächtnisaussetzer fest. Zwei Wochen Urlaub reichten nicht mehr zum Auftanken. Seine Firma schickte ihn dann im Herbst vergangenen Jahres zu Neumann. "Die Behandlung war ein durchschlagender Erfolg", sagt Martensen. Das Coaching schuf die Grundlage für neue Entscheidungen und zu einem erfüllteren Leben.

Der Manager lernte Nein zu sagen, veränderte seinen Wirkungsbereich und setzte sich neue Ziele im Job. "Ich bin heute viel gelassener, zufriedener und habe sogar meine Ausstrahlung verändert", sagt Martensen lächelnd. In einem Pilotprojekt etabliert er jetzt Neumanns Coachingansatz in seinem Unternehmen für Führungskräfte. "Man sollte nicht erst bis zum Burn-out warten. Das Coaching kann auch präventiv wirken." Gerade Entscheidungsträger in Wirtschaft und Politik müssten sich mehr Zeit schenken und sollten bewusst Emotionalität und Entspannung trainieren, sagt Neumann. "Sie können dann in ihrem Unternehmen viel mehr bewegen."