

# BERUFUNGS COACHING

## Systemisches Coaching in Phasen der (beruflichen) Neuorientierung

Dr. Alexander Kaiser

### KURZZUSAMMENFASSUNG

- Grundidee und Motivation für das Angebot Berufung coaching ist die Annahme, dass Menschen nach einer Betätigung, nach einem Wirken suchen, bei dem sie Spuren in der Welt hinterlassen, bei der sie physisch, mental, sozial/emotional und spirituell gefordert sind und zwar weder überfordert noch unterfordert. Diese Lebensaufgabe oder Berufung entsteht aus der Einzigartigkeit jedes Menschen. Berufung coaching ist eine zeitlich begrenzte Begleitung auf diesem Weg.
- Im Berufung coaching arbeiten wir mit deinen Talenten, Fähigkeiten und Charismen, mit deinen Träumen und Visionen, mit deiner Realität und deinen Möglichkeiten.
- Methodisch basiert das Berufung coaching auf dem systemischen Coaching-Ansatz und der lösungsfokussierten Kurztherapie nach de Shazer ergänzt um Ansätze aus dem Bereich Mission-Statement sowie dem Ziel- und Zeitmanagement der 4. Generation.
- Berufung coaching eignet sich besonders gut für einzelne Menschen oder gegebenenfalls auch ganze Organisationen, die am Beginn einer freiwilligen oder erzwungenen Neuorientierung stehen, oder die unter dem Aspekt der Qualitätssicherung, Interesse haben zu überprüfen und nachzuspüren, ob sie mit ihrem derzeitigen Beruf bzw. ihrer derzeitigen (Lebens)-Ausrichtung am "richtigen" Weg sind.
- In mehr als 400 Berufung coachingsitzungen seit Herbst 2003 wurde diese Methode ständig verbessert und verfeinert. In einem hohen Prozentsatz kommen die KundInnen, die sich mit der Methode des Berufung coachings begleiten lassen mit 5-6 Coachingsitzungen aus.

### DETAILLIERTERE BESCHREIBUNG

#### 1. Die Basis des Berufung coachings

Berufung ist etwas sehr Umfassendes. Berufung hat zwar viel mit dem Beruf zu tun, aber eben nicht nur ausschließlich mit dem Beruf, sondern auch mit der Wahl des Lebensstandes, einer Grundhaltung und vielem anderen mehr. Das Faszinierende am Begriff Berufung ergibt sich aus dem Wortstamm, in dem das Wort *Rufen* beinhaltet ist. Damit liegt die Assoziation mit einem dialogischen Geschehen, nämlich Ruf und Antwort nahe. Berufung coaching zielt in seiner Grundintention auf den gesamten Menschen – gleichsam ganzheitlich – ab, wobei sich ein Schwerpunkt der Anliegen der KundInnen dann häufig auf eine konkrete Entscheidungshilfe bei der (beruflichen) Neuorientierung fokussiert.

Die Grundannahme, auf der die Methode des Berufung coachings aufbaut, besteht darin, dass es für jeden Menschen auf dieser Welt eine maßgeschneiderte Aufgabe und Lebensform, eben eine Berufung, gibt. Diese Berufung kann von niemand anderem besser gelebt, erfüllt und umgesetzt werden, als von dem Menschen, für den diese Berufung bestimmt ist. Das bedeutet auch, dass die Aufgaben, die sich aus dieser Berufung ergeben, von niemand anderem besser und damit auch für die Allgemeinheit vorteilhafter erfüllt werden können, als vom Träger der Berufung selbst.

Diese Berufung ist jedem Menschen bereits grundgelegt. Viktor Frankl sagt: „Wir erfinden unseren Auftrag in dieser Welt nicht, sondern wir ent-decken ihn. Er liegt in uns und wartet darauf, verwirklicht zu werden. Jeder hat seine eigene Berufung oder Mission im Leben; jeder muss einer bestimmten Aufgabe nachkommen, die auf Erfüllung drängt. Der Auftrag jedes einzelnen Menschen ist genauso einzigartig wie die Chance, ihn zu erfüllen.“ Die persönliche

Berufung entspricht daher auch meinem wahrsten und tiefsten Selbst, der Einmaligkeit und Originalität meiner Person. Im Wesentlichen geht es um eine Ent-Deckung und damit auch Ent-Faltung dessen, was jede und jeden von uns einmalig macht.

Gerade deshalb ist es auch sinnvoll, als Begleitung zur Entdeckung der Berufung Coaching einzusetzen und von Berufungscoaching zu sprechen. Der Coachingansatz geht davon aus, dass alle Ressourcen in der KundIn<sup>1</sup> bereits angelegt und vorhanden sind und durch das Coaching und durch eine neue Sichtweise quasi nur aktiviert werden müssen. Die ursprüngliche Aufgabe von Coaching ist es zu unterstützen, um auf vorhandene Potentiale und Ressourcen bestmöglich zugreifen und sie verwenden zu können.

Prinzipiell kann man sowohl bei Einzelindividuen als auch bei ganzen Systemen und Organisationen zwischen einer *freiwilligen Neuorientierung* und einer *erzwungenen Neuorientierung* unterscheiden. In beiden Fällen kann das Berufungscoaching – bei Einzelpersonen sowohl im beruflichen als auch im privaten Kontext – sinnvoll zur Anwendung kommen.

## **2. Vorgehensweise und Phasen des Berufungscoachings**

Das Berufungscoaching kann in drei Phasen unterteilt werden, nämlich:

- Entdecken
- Stärken
- Umsetzen

Weiterhin kann man von den drei Phasen umrandet nochmals drei Schritte unterscheiden:

- Berufung
- Vision
- Ziel

### ***Entdecken***

In der ersten Phase des Berufungscoachings steht das Finden bzw. Ent-decken der eigenen Berufung im Zentrum.

Wir gehen ja davon aus, dass die Berufung in jedem Menschen bereits grundgelegt, also bereits vorhanden ist. Dementsprechend muss nichts von „außen hereingeholt“ werden, sondern vielmehr das Vorhandene entdeckt werden. Dabei ist es selten so, dass die persönliche Berufung im Kopf der KundInnen schon parat ist, sondern dass sie vielmehr eben ent-deckt werden muss. Dieses Entdecken basiert wesentlich auf der Annahme, dass die persönliche Berufung eng mit dem Selbst des Menschen verbunden ist. D.h. auch, dass im Prozess des Berufungscoachings die Aufmerksamkeit der KundIn behutsam auf die eigene Intuition, die Gefühle, die eigene „innere Stimme“, etc. gelenkt wird. Es geht dabei auch darum, Situationen aus der (näheren) Vergangenheit, bei denen die KundIn erfahren und gefühlt hat, „stimmig“, authentisch, aus der eigenen Mitte heraus gehandelt zu haben, wieder ins Bewusstsein zu rufen und dieses dort erfahrene, gute Gefühl auf irgendeine Weise zu ankern und abrufbar zu machen.

Die wesentliche Aufgabe des Coaches in der 1.Phase des Berufungscoachings ist es, die KundIn durch Fragen, kleine Übungssequenzen, etc. bereit zu machen, verstärkt auf Intuition, Gefühle und Körperwahrnehmung zu vertrauen und den Kopf und damit auch das rationale Nachdenken und Analysieren eine Stunde lang „möglichst abzuschalten“.

→ Ergebnis dieser Phase ist eine konkret benennbare (also auch verbalisierbare) Berufung.

---

<sup>1</sup> Wir sprechen von KundInnen (im Gegensatz zu KlientInnen oder gar PatientInnen), um auch durch die Sprache zu betonen, dass die KundIn (eigentlich) kundig ist über ihre Berufung und ihr Leben und die Aufgabe des Coaches es „lediglich“ ist, durch eine methodische Begleitung der KundIn es zu ermöglichen, verstärkt auf bereits vorhandene Ressourcen zurückgreifen zu können.

### ***Stärken***

In der 2.Phase des Berufungscoachings steht das Stärken im Mittelpunkt. Der Schwerpunkt der Begleitungsarbeit liegt darin, dass die KundIn bereits vorhandene Ressourcen, Talente und Fähigkeiten erkennt, sich bewusst macht, konkret benennt und auch im Bezug auf die gefundene Berufung betrachtet. Vielen KundInnen wird am Ende dieser 2.Phase nach langer Zeit wieder einmal so richtig bewusst, wie viel an Ressourcen und Fähigkeiten bereits vorhanden sind und gleichsam nur aktiviert werden müssen.

→ Ergebnis dieser Phase ist die konkret benennbare Berufung aus Phase 1 ergänzt um eine (große) Menge von explizit gemachten Ressourcen, Stärken, Talenten und Fähigkeiten, die helfen, diese Berufung zur Entfaltung zu bringen.

### ***Umsetzen***

In der 3.Phase des Berufungscoachings geht es um die konkrete Umsetzung der Berufung im Leben der KundIn. Welche Möglichkeiten der Realisierung gibt es? Wie realistisch sind die einzelnen Varianten? Was sind konkrete erste Schritte auf diesem Weg? Welche Schritte bin ich schon gegangen? Das sind einige der wesentlichen Fragen, die im Rahmen der letzten Phase beantwortet werden sollten. Ein wichtiges methodisches Element ist die Begleitung der KundIn bei der Formulierung einer eigenen Vision Von der konkreten Vision ausgehend werden mit der KundIn dann mehrere Teilziele formuliert. Als äußerst nützlich – vor allem wegen ihres ganzheitlichen Ansatzes – haben sich hierbei unter anderem Methoden des Ziel- und Zeitmanagements der 4.Generation nach Stephen R.Covey, aber auch Aspekte der systemischen Strukturaufstellung, erwiesen.

Von der Spiritualität her gesehen ist die 3.Phase des Berufungscoachings gewissermassen mit einer Sendung vergleichbar. Der Sendungscharakter kann sich durch das (gedankliche) Gehen und Nachspüren eines konkreten Weges und Zieles oder etwa in der konkreten und verbindlichen Formulierung des ersten Schritts auf diesem Weg ergeben.

→ Ergebnis der letzten Phase ist der Beginn der konkreten Umsetzung des 1.Schritts im Alltag

### **3. Erfahrungen aus den bisherigen Berufungscoachings**

Als sehr hilfreich und positiv wird von den begleiteten KundInnen oftmals die **strukturierte Vorgehensweise** des Berufungscoaching genannt. Darüber haben viele KundInnen nach Abschluss der Begleitung das Gefühl von „**mehr Klarheit und Ordnung** statt Chaos“. Die erarbeitete Vision und Ausrichtung des weiteren (beruflichen) Weges wird vielfach mit Beschreibungen wie „...das **zieht mich, richtet mich auf**, verleiht neue **Energie**, gibt **neue Orientierung** ...“ beschrieben.

Aus der Sicht des Coaches wurde bei vielen KundInnen die **Generierung von „neuem“ Wissen** beobachtet. Dieses neue Wissen liegt einerseits in der stärkeren Klarheit der Ausrichtung (Vision, Berufung) begründet und andererseits im Explizitmachen von oftmals implizit vorhandenem Wissen (Fähigkeiten, Ressourcen, Stärken, etc.).

Ausführlichere Arbeiten zur Methode des Berufungscoachings (sowohl aus der Sicht der Begleitungsform als auch aus der Sicht der Spiritualität) können jederzeit gerne beim Autor per Email ([kaiser@wave.co.at](mailto:kaiser@wave.co.at)) kostenlos angefordert werden.