

Organisationsberatung **S**upervision **C**oaching

Themenschwerpunkt

Integration von Coaching in Trainings, Seminare und organisatorische Changeprozesse

Hauptbeiträge

Sandra Harbert

Rolle und Aufgaben von Coaching im Veränderungsmanagement bei McKinsey

Almut Irion

Coaching als eigenständiges Produkt innerhalb einer Unternehmensberatung

Elke Schwertfeger

Konfliktcoaching und Mediation, Ergänzung oder „Konkurrenz“?

Thomas Mayer

Erfolgsfaktoren bei der Integration von Coaching und Entwicklungsprogrammen

Praxisberichte

Julia Hillmann

Outplacement-Coaching. Erfahrungsbericht eines Coaches

Hermann Bayer

„Opportunity Coaching“ – ein ermutigender Weg in die Coaching-Zukunft

Diskurs

Annette Höpfner

Zukunftstrends und ihre Implikationen für das Coaching

3/06

Jahrgang 13/2006

ISSN 1618-808X

G13630 F

Rosemarie Dypka: Das emotionale Konto. Ihr Weg zu innerem Reichtum. Wien: Carl Ueberreuther, 2006, 159 S., 17,95 €.

Bedienungsanleitung für das eigene Selbst, so nennt *Rosemarie Dypka* ihr Buch und erläutert das komplexe Zusammenspiel zwischen Wahrnehmen, Denken, innerlichem Bewerten und körperlichen Reaktionen. Für die Funktion der Emotionen verwendet sie das suggestive Bild des inneren Kontos: Schlechte Laune ist danach Signal für Mangel, für eine Situation, die dem Selbst nicht gerecht wird. Pfleglicher Umgang mit sich selbst beginnt damit, einen Unterschied zu bemerken: den Unterschied zwischen angenehmer und unangenehmer Körperantwort auf eine Situation. „Was ist jetzt?“ und „Was fehlt mir?“ sind die selbstregulativen Fragen daraufhin. Dies scheint selbstverständlich zu sein, doch wer sich beratend mit Verhaltensänderungen beschäftigt, weiß, dass dieses Wissen häufig nicht bewusst und damit nicht zugänglich ist.

Wie das Konto, das ins emotionale Minus geraten ist, zunächst wieder aufgefüllt werden kann und was dann Sicherheit schaffende Einzahlungen einbringen, dafür hat *Dypka* wirkungsvolle Übungen versammelt, die sie durch humorvolle und nachdenklich machende Geschichten ergänzt. Unkompliziert können die Leser gleich in die Tat umsetzen und erfahren, wie jeder selbst für einen positiven emotionalen Kontostand sorgen kann.

Ziel aller Übungen ist, den Rhythmus der eigenen Bedürfnisse zu erkennen und in förderliches Handeln zu kommen; also sich selbst verstehen zu lernen und zum Experten seiner selbst zu werden. Letztlich geht es um den Weg zu emotionaler Reife: „Zwischen dem, was auf uns einwirkt, und dem, wie wir darauf reagieren, liegt unser Selbstbewusstsein. Zwischen Reiz und Reaktion können wir entscheiden!“ Nach meiner Erfahrung ist die Wahrnehmung dieses „zwischen“ entscheidender Hebel geplanter Verhaltensänderung.

Die verschiedenen Themen dieses Wegs, wie Wahrnehmung, innerer Dialog und seine Wirkung, Sprache und die reflexhafte Kommunikation mit anderen, können auch abschnittsweise nach Bedarf und Interesse genutzt werden. Für beratende Kollegen bietet dieses Buch ein eingängiges Modell mit Interventionsbeispielen, die hypnotherapeutisch gut gegründet sind und auf einer respektvollen, nicht manipulativen Haltung beruhen. Klienten, die gern durch Lesen lernen, können es als Begleitlektüre zum Beratungsprozess nutzen. Für Fortbildungen habe ich es in meine Liste empfehlenswerter Bücher aufgenommen, weil der Appell auf intelligente Weise zum Handeln herausfordert – mehr noch als bei Wilhelm Busch: „Ob ein Minus oder Plus/Uns verbleiben, zeigt der Schluss.“

Christine Scharlau, Hagen