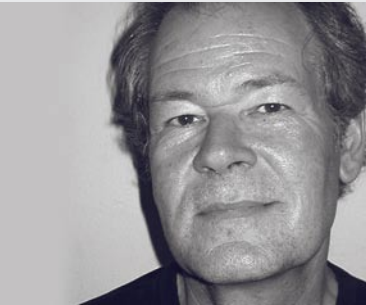


## Fragen sind kraftvolle Interventionen



**Von Peter Stalder**

Es mag im ersten Moment paradox scheinen, aber in einem Coachinggespräch hängen die Lösungen nicht von guten Antworten, sondern von klugen Fragen ab. Und da diese wesentlich den Beratungserfolg mitentscheiden, sind sie für jeden Coach so etwas wie die Königsdisziplin.

Fragen sind kraftvolle Interventionen – das wusste schon Sokrates, der seine Kunst der Gesprächsführung in Anspielung auf den Beruf seiner Mutter „Mäeutik“ (Hebammenkunst) nannte. Seine Fertigkeit bestand darin, seine Gesprächspartner durch gezielte Fragen in den Dialog einzubeziehen, so dass diese selbst zu Erkenntnissen gelangen konnten.

Als Coach bin ich angehalten, meinen Klienten keine Entscheidungen abzunehmen, sonst würde ich sie aus der Verantwortung für ihr Handeln entlassen. Wenn ich also fragend interveniere, habe ich keine vorgefassten Antworten mitzuliefern, denn diese würden die Wahrscheinlichkeit erhöhen, dass ich die Antworten bekomme, die ich gerne hören möchte. Da Coaching immer auch lösungsorientierte Hilfe zur Selbsthilfe ist, werde ich eher darauf bedacht sein, meine Coachees darin zu bestärken, ihre Lösungsmöglichkeiten aus sich selbst heraus zu entwickeln, indem sie ihre schon vorhandenen Fähigkeiten nutzen. Dabei darf ich mich weder besserwisserisch noch als Heil verkündender Guru gebärden oder ihnen erklären, was richtig oder falsch ist. Am Ende sollen sie Zugang zu Mitteln und Wegen haben, die sie bis dahin nicht haben anwenden und beschreiten können.

Ich vergleiche meine Dienstleistung gerne mit einer gemeinsamen Schatzsuche. Während dieser Entdeckungsreise finden die Klienten die Schätze nur bei sich selbst – ich stelle ihnen lediglich die Suchwerkzeuge, sozusagen Pickel, Schaufel und Taschenlampe, zur Verfügung. Heben müssen sie diese Pretiosen selber. Wenn sich eine Klientin zum Beispiel fragt, „Wieso schaffe ich es nicht, XY zu tun?“, blendet sie ihre Stärken und Ressourcen aus. Das eindimensionale Schürfen nach Ursachen bestärkt sie in ihrem Hamsterradgefühl, welches wiederum ihren persönlichen Antrieb lähmt. Sie erinnert sich an andere Dinge, die früher auch schon schief gelaufen sind, und entwickelt schließlich die Befürchtung, dass sie es auch in Zukunft unmöglich schaffen wird.

Wenn ich sie frage „In welcher Situation haben Sie denn XY schon mal geschafft?“ oder „Welches Verhalten/welche Ressource hat Ihnen damals dabei geholfen?“ oder „Was würde Ihre beste Freundin in so einem Fall tun?“, biete ich ihr eine Möglichkeit an, einen anderen Blickwinkel einzunehmen und sich auf das zu besinnen, was schon mal funktioniert hat.