



# VERBUNDEN

Kollegiale Unterstützung in der Arbeit mit einem besonderen Klienten.

VON GABRIELE LÖNNE

**E**ine Mail von Luigi! Was für eine Freude! Er möchte sich gern mit mir treffen. Online natürlich, denn der Weg wäre sehr weit – er wohnt an einem wunderschönen Schweizer See. Luigi ist ein im Sinne des Wortes alter erfahrener Coach, der schon viel erlebt hat und immer wieder eine unerschöpfliche Quelle von Erkenntnissen ist.

Wir haben uns während eines internationalen Coachingkongresses kennengelernt und seitdem viel miteinander korrespondiert. Sein Schwerpunkt ist das klientenzentrierte Gespräch, das er mit großer Leidenschaft und viel Empathie mit den Klienten führt. Er ist vor allen Dingen in Künstlerkreisen bekannt und beliebt. Man findet ihn immer irgendwo in Europa.

Jetzt macht es „wusch“, und wir können uns online sehen. Luigi strahlt über das ganze Gesicht und macht eine angedeutete Verbeugung, wobei er einen imaginären Hut lüftet. Ich schüttle den Kopf und muss herzhaft lachen!

Und dann unterhalten wir uns über alte und neue Zeiten und stellen wieder einmal fest, dass wir gleich ticken, aber unterschiedlich arbeiten.

Luigi: „Gaby, ich habe einen Klienten, über den ich gern mit dir sprechen möchte. Okay?“

Ich nicke.

Luigi: „Es handelt sich um einen hochsensiblen Musiker, dem es zurzeit irgendwie nicht gut geht. Nicht wirklich schlecht, aber auch nicht richtig gut!“

Gaby: „Was ist denn passiert?“

Luigi: „Eigentlich nichts. Irgendwie. Aber dann eben doch. Er hat plötzlich

Probleme, sich zu konzentrieren, ihm macht eine Sequenz von Noten Stress, die Arme tun ihm schon vor dem Auftritt weh, er leidet immer wieder unter Unruhe, der Dirigent nervt ihn mit seinem cholerischen Verhalten – und so weiter.“

Gaby: „Was ist dieses ‚und so weiter?‘“

Luigi: „Er muss eine Entscheidung treffen. Ein weltbekanntes Haus hat ihn ‚gerufen‘, und er muss jetzt entscheiden, ob er in der Schweiz bleibt oder ins Ausland geht!“

Gaby: „Wow, das hört sich spannend an!“

Luigi: „Ja, aber es ist auch mental und emotional sehr anstrengend! Mittlerweile ist die Anspannung fast auf mich überggesprungen!“

Gaby: „Darf ich dir dazu etwas zeigen?“

Luigi nickt.

## „Bei diesem Klienten musst du vorsichtig sein, ihn nicht noch zusätzlich zu verschrecken.“

Gaby: „Nimm mal deinen Kopfhörer, stell den Ton um und lausche diesem herrlichen Rhythmus, den ich dir gerade sende! Lass den Klienten vor deinen Augen erscheinen und schau ihn dir genüsslich dabei an! Ich schicke dir jetzt ein bisschen norddeutschen Strand an den Schweizer See!“

Luigi setzt den Kopfhörer auf und hört zu. Es handelt sich um das auditive Coaching von wingwave, das sich hervorragend für ein Onlinecoaching eignet. Er atmet tief durch und fängt plötzlich an zu schmunzeln. Dann nimmt er den Kopfhörer ab.

Luigi: „Klasse! Dieser Rhythmus holt einen wieder richtig auf den Boden!“ Er strahlt mich an: „Hast du noch einen Vorschlag für meinen Klienten? Wir haben schon einige Stunden miteinander gesprochen/gearbeitet, sind im Wald spazieren gegangen, sind zusammen geklettert, aber es fehlt noch etwas.“

Gaby: „So wie du jetzt lächelst, könnte man glatt auf die Idee kommen, mit einem Lachcoaching weiterzuarbeiten!“

Luigis Gesicht friert ein: „Um Gottes Willen, bloß nicht bei dem Klienten!“

Gaby, *eilig hinterher*: „Das war ein Scherz, Luigi, du kennst mich doch!“

Luigi: „Ja, entschuldige, okay, aber bei diesem Klienten auf gar keinen Fall! Er ist hochintelligent und sehr sensibel. Da musst du sehr vorsichtig sein, ihn nicht noch zusätzlich zu verschrecken!“

Gaby: „Ja, dann wäre doch NLP das ideale Handwerkszeug für ihn. Da kann er sich sozusagen selbst coachen!“

Luigi *nickt*: „Das ist der Grund, warum ich dich sprechen wollte. Hast du eine Idee, was ich mit ihm wie bearbeiten könnte?“

Gaby: „Zum Beispiel diese Sequenz von Noten. Wahrscheinlich ist in der Vergangenheit etwas geschehen, dass ihm diese Sequenz ‚vermies‘. Frag ihn mal, wann er diesen Stress bekommt – wenn er die Noten spielt oder wenn er die Noten auf dem Notenblatt sieht?“

Luigi: „Das kann ich dir so sagen. Das hat er mir schon erzählt! Wenn er

seine Noten sieht, bekommt er Herzklopfen, aber nur bei dieser Sequenz!“

Gaby: „Frag ihn doch mal nach seiner Lieblingsfarbe! Ja, du hast richtig gehört! Frag den Musiker nach seiner Lieblingsfarbe, eine Farbe, die ihn an etwas herrlich Schönes erinnert, und die ihm ein wunderbares Gefühl macht, das er unheimlich gern wieder haben möchte!“

Luigi runzelt die Stirn. Es kommt ein langgezogenes fragendes: „Okaaaay?“

Gaby: „Lass ihm Zeit! Es darf auch gern ein tolles Gefühl aus Kindertagen sein, das er mit einer Farbe verknüpfen kann.“

Luigi nickt.

Gaby: „Und wenn er seine Lieblingsfarbe hat, dann schlägst du ihm vor, das Notenblatt, auf dem die Sequenz steht, zu ändern und die Noten in seiner Lieblingsfarbe zu schreiben – schön langsam und genüsslich in Erinnerungen schwelgend! Und dann soll er erst zuhause spielen und genießen, bevor er wieder ins Orchester geht!“

Luigi: „Ja, das machen wir, das ist richtig gut!“

Gaby: „Du sagtest, er hat Schmerzen in den Armen?“

Luigi: „Schmerzen ist vielleicht zu stark ausgedrückt. Die Arme tun ihm weh, wie bei einem Muskelkater. Und er muss sich anstrengen, sein Blasinstrument anzuheben.“

Gaby: „Eventuell ist es vielleicht in der derzeitigen Situation die mentale und emotionale Überanstrengung, die die Muskeln verkrampfen lässt?“

Luigi *zuckt mit den Schultern*: „Könnte sein.“

Gaby: „Weißt du was? Es gibt eine tolle NLP-Übung, um sich gleichzeitig zu entspannen und zu beruhigen! Das könnte dein Klient gut in seiner

Garderobe vor dem Konzert machen. Luigi, setz dich mal gerade hin.“

Luigi sitzt auf Kommando gerade. Er ist schon näher an den Bildschirm gerückt.

Gaby: „So, jetzt nimmst du dich mal selbst in den Arm, das heißt, du legst die rechte Hand auf die linke und die linke Hand auf die rechte Schulter.“

Luigi folgt den Anweisungen.

Gaby: „Mach die Augen zu, denk an etwas Wunderbares, das du einmal erlebt hast, und das du immer wieder erleben möchtest, und jetzt atme einmal tieef ein und gaaaanz langsam wieder aus. Und nun verteilst du dieses herrliche Gefühl auf deine Arme. Lass die Augen geschlossen und fahre gaaaanz langsam mit beiden Händen deine Arme hinunter bis zu den Fingern.“

Halte inne, atme noch einmal tieef ein und gaaaanz langsam aus und öffne wieder deine Augen. Wie fühlt sich das an?“

Luigi *schaut mit weit geöffneten Augen in die Kamera*: „Wow, das ist klasse! Mensch Gaby, genau das ist es!“

Gaby: „Und was war das mit dem Dirigenten? Er ist cholerisch?“

Luigi *sagt*: „Ja, mein Klient erzählt, sie zucken immer alle zusammen, wenn er anfängt zu brüllen. Meistens am Anfang der Proben. Vor dem Konzert nicht – da würden es ja die Zuhörer mitkriegen. Es wird spekuliert, dass vor dem Konzert seine Frau die Leidtragende ist.“

Gaby: „Schöne Grüße an das ganze Orchester! Choleriker haben meistens für maximal 15 bis 20 Minuten Energiezufuhr zum Schreien. Dann bricht der Nachschub an Kortison und Adrenalin zusammen. Der Choleriker muss ‚pausieren‘. Sie sollen einfach dasitzen und warten, bis er fertig ist mit dem

# Dein Klient könnte seine Lieblingsfigur aus Kindertagen ‚wiederbeleben‘ – so wird aus dem Choleriker vielleicht Balu, der Bär?

Schreien. Diskussionen, geschweige denn Widerworte, sind sowieso nicht möglich. Rechtes Ohr auf, linkes Ohr auf und auf Durchzug stellen. Einfach nichts mehr hören! Das müssten die Musiker ganz gut hinkiegen.

Ach ja, noch eine Idee: Dein Klient könnte seine Lieblingsfigur aus Kindertagen ‚wiederbeleben‘ beispielsweise aus Zeichentrickfilmen. Die kann er dem Dirigenten dann gedanklich überstülpen, vielleicht sogar die Stimme implantieren. Mir fällt da zum Beispiel Balu, der Bär aus dem Dschungelbuch, ein. Der macht ja auch gern Musik und tanzt sogar dazu. Wie wäre es denn für deinen Klienten, vor der Probe auf den Dirigenten zu schauen und Balu zu sehen?“

Luigi *lacht herzlich*: „Mensch Gaby, das machen wir! Hast du noch eine Idee für die Entscheidungsfindung? Es quält ihn so!“

Gaby *schmunzelt*: „Ja, erst Fortbildung für dich und dann Coaching für deinen Klienten!“

Luigi: „Was, ich soll noch mal auf Fortbildung gehen?“

Gaby: „Nicht gehen, sondern einschalten: Design Thinking im Internet! Ein toller Vortrag des Psychologieprofessors Bill Burnett der Stanford University! Wenn du dir die Vorlesung ganz in Ruhe angeschaut hast, kannst du dir entsprechende Notizen machen und deinem Klienten eine Navigation zur Entscheidungsfindung mitgeben. Ich habe auf die Art und Weise mit einem Abiturienten gearbeitet, der vor der Entscheidung stand, was er studieren soll – was die Eltern wollten, und was er möchte, was das Richtige für ihn ist. Du findest das Coaching

„Max entscheidet sich“ auf meinem Blog <http://www.loenne.info/blog> unter den Protokollen.

Luigi schweigt und schaut versonnen in die Kamera.

Gaby: „Was war da noch?“

Luigi *mit einem warmen Lächeln*: „Gaby, das war’s! Was für eine Fundgrube! Das wird ein spannendes Treffen mit meinem Klienten. Danke, Merci, Grazie von Herzen!“ Seine Augen strahlen.

Gaby: „Mit größtem Vergnügen! Hier kommt jetzt noch der Link zum Design Thinking:



<https://www.youtube.com/watch?v=SemHh0n19LA>

Ach ja, und bitte nicht vergessen:

„Zwar stimmte jeder Rat genau, doch jeweils nicht für jede Frau!“

– Eugen Roth



**Gabriele Lönne**  
Senior Consultant BGM,  
Master Coach SHB,  
HP (Psychotherapie),  
Trainerin, Autorin:  
„Intrinsische Resilienz – Die

emotionale Firewall des Unterbewusstseins“ (bookboon); „ENDLICH FREI von Angst, Panik, Depressionen ...!“ (über Amazon erhältlich).

[www.loenne.info](http://www.loenne.info)