

Befürchtungen in Coachings

1 Fragen an die Klienten:

- ☐ Was fürchten Sie, was durch die Beratung entstehen könnte?
- ☐ Wenn es für Sie zu unangenehmen Veränderungen käme, was fürchten Sie am meisten?
- ☐ Was glauben Sie, welche Befürchtungen Ihre Frau / Ihre Kinder haben?
- ☐ Was muss passieren, damit es schlimmer wird?
- ☐

(Erst einmal nur anhören und ggf. nachfragen, nicht sofort bearbeiten!)

2 Unsere Befürchtungen als Berater:

Manchmal wird durch Beratung etwas erstmal noch schlimmer.

Obwohl wir versuchen, allparteilich zu sein, können Einzelne am Ende einer Sitzung das Gefühl haben, nicht genug wahrgenommen worden zu sein oder viel Stress abbekommen zu haben.

Wichtig dann:

Weiter machen und das Unwohlsein ansprechen (in dieser oder nächsten Sitzung)/ einen neuen Weg suchen!

3 Berater sprechen Themen aktiv an.

Z.B. wenn im System viel Verzweiflung ist:

- ☐ Was machen Sie, wenn es Ihnen so schlecht geht?
- ☐ War es schon einmal so schlimm, dass Sie gedacht haben, mir kann keiner mehr helfen, ich möchte nicht mehr?
- ☐ Wenn ja, wer und was hat Ihnen geholfen? *(ggf. nachhaken)*
- ☐ Wenn es wieder zu so einer Situation käme, an wen würden Sie sich wenden?
(Telefonnummer, Non-Suizid-Vertrag -> penetranter werden, bei Tiefen Themen ggf. Suizid ansprechen.)

(Themen ansprechen ja! Aber keine schlafende Hunde wecken, wenn arbeiten mit dem Klienten möglich ist.)