

Bei jemandem sein — In diesem Moment

„Bei jemandem zu sein“ ist ohne Kontext ein seltsamer Ausdruck. Am ehesten ist es wohl mit der Bedeutung des bekannten Ausdrucks „mit Freunden zusammen sein“ vergleichbar. Eine andere Situation, die einem dazu in den Sinn kommt, ist: bei jemandem zu sein, der im Krankenhaus liegt. Dort gibt es nichts Spezifisches zu tun oder zumindest kann man mit seinem Wissen nichts zur Heilung beitragen und trotzdem ist es wichtig, dass man in dieser Situation bei der Person sind. Man sitzt nicht einfach passiv in einem Raum, sondern ist aktiv beteiligt, sogar wenn nicht gesprochen wird. In den Worten ausgedrückt, die wir beim Co-Active Coaching für das Zuhören verwenden, geht es darum, auf Ebene 2 zuzuhören und mit der Person in Verbindung zu stehen. Außerdem geht es um das Zuhören auf Ebene 3, bei dem man so gut wie möglich auf den die Verbindung umgebenden Raum und alles darin Befindliche achtet und der Person und ihrer Lage eine gewisse Sensibilität entgegenbringt. „Aktiv sein“ beinhaltet, dass man voran schreitet, etwas zu tun hat und sich auf Optionen konzentriert. „Bei jemandem sein“ beinhaltet, dass man das Terrain erkundet und tiefer in die Erfahrung eintaucht. Alles, was dabei in Erscheinung tritt, ist perfekt. In diesem Moment muss sich nichts ändern. Für den Coach bedeutet das, extrem neugierig auf alles zu sein, was auch immer erscheinen mag und was auch immer genau jetzt richtig ist und dem Klienten dabei zu helfen, immer tiefer in die Erfahrung einzutauchen, statt davor wegzulaufen oder sich ihr zu widersetzen.