

Erkundungsfragen

Eine Erkundungsfrage ist eine wirkungsvolle Frage, die so offen ist, dass der Klient bis zu einer Woche brauchen kann, um ihre vielen Antwortmöglichkeiten abzuwägen. Ist das nicht ein Zufall? Denn die Erkundungsfrage ist eine besondere Form der wirkungsvollen Frage, die dem Klienten typischerweise als Hausaufgabe gestellt wird. Die Aufgabe der Klienten ist, mit dieser Erkundungsfrage zwischen den einzelnen Coaching-Sitzungen zu arbeiten, indem sie die Frage betrachten und sie von so vielen Blickwinkeln wie möglich aus beantworten. Auf diese Weise kann die Erkundungsfrage jeden Tag neue Einsichten hervorbringen. Einige typische Beispiele sind: „Was in deinem Leben erträgst du? Was fehlt? Was kannst du heute feiern? Oder: Was ist daran so wichtig?“

Einige Coachs gestalten eine Erkundungsfrage erst im Augenblick mit ihren Klienten. Diese Erkundungsfrage fängt dann die Richtung ein, die man soeben mit dem Klienten eingeschlagen hat und soll die Suche am Laufen halten. Manchmal ist der Klient jedoch gerade dabei, sich innerlich zu erforschen und man nutzt die Macht der Erkundungsfrage dann dazu, ihn weiter forschen zu lassen. In anderen Fällen wiederum sucht der Coach einfach eine Erkundungsfrage für die Woche aus und beauftragt all seine Klienten damit, sich mit dieser einen provokanten Frage zu befassen. Sie sollten natürlich den Ansatz wählen, mit dem Sie und Ihre Klienten am besten arbeiten können.