

Coaching

Von: Coaching <info@enabling-steps.de>
Gesendet: Samstag, 20. Mai 2017 12:51
An: enabling steps
Betreff: enabling steps - Newsletter 3/ 2017

Liebe Leserinnen und Leser,

In unregelmäßigen zeitlichen Abständen verfasse ich einen Newsletter, der zum Nachdenken und kontroversen Diskutieren anregen soll. Der Newsletter stellt ausschließlich meine persönliche Meinung und Sichtweise dar und soll ganz bewusst nicht den Anspruch an eine wissenschaftliche Abhandlung erfüllen.

In den ersten Newslettern habe ich erläutert, wofür die einzelnen Themenschwerpunkte in meinem Leistungsangebot als Systemischer Coach inhaltlich stehen. Nun greife ich Aspekte auf, die die Themenschwerpunkte berühren und zu einer eigenen Stellungnahme einladen.

"Wie digital möchte ich kommunizieren?"

"Kommunikation im eigentlichen Sinne" ist für mich weit mehr als die reine Fähigkeit, technische Mittel für einen Informationsaustausch einzusetzen. Zwei von vielen Beispielen machen mich da sehr nachdenklich.

- Ein Elternteil geht mit einem Baby im Kinderwagen spazieren. Die Kinderwagen werden bewusst so gebaut, dass die Kleinen Blickkontakt zu ihren Bezugspersonen nehmen können; ein wichtiges Kommunikationsmittel für sie. Doch das Elternteil kommuniziert mit dem Smartphone, nicht etwa nur kurz, sondern mindestens einige Minuten lang, was ich durch das Entgegen- und Vorbeikommen wahrnehme. Was lernt das Kind? Fühlt es sich wertgeschätzt?
- Ich sehe Paare nebeneinander spazieren gehen – jeder Partner mit einem eigenen Smartphone in der Hand. Ja, sie kommunizieren – nur nicht miteinander. Haben sie sich nichts mehr zu sagen, können sie die Zweisamkeit nicht genießen, oder was ist der Grund?

Ja, wir kommen nicht an den neuen technischen Möglichkeiten vorbei, auch nicht an der digital geführten Kommunikation. Wir denken und arbeiten global, sind mit Menschen über soziale Netzwerke weltweit vernetzt, und das funktioniert nur, wenn digitale Medien uns dabei unterstützen. So können wir uns per E-Mail, SMS, Facebook, WhatsApp usw. sehr schnell und ortsunabhängig untereinander austauschen; Informationen erreichen uns per "Mausklick" oder "Fingertip" nahezu unmittelbar. Gemeinsame Termine zwischen mehreren Menschen an unterschiedlichen Orten und bei unterschiedlicher Erreichbarkeit lassen sich über webbasierte Dienste leichter finden. Unsere Suche nach Kinos, Restaurants, Tankstellen oder was auch immer ist immens erleichtert worden. Damit können wir miteinander kommunizieren und Informationen austauschen, ohne dass der Gesprächspartner sofort physisch erreichbar sein oder sofort darauf antworten muss; er muss nicht einmal persönlich bekannt sein. So weit, so gut, so nützlich.

Wenn ich höre und lese, dass Digitalisierung zunehmend unser Leben beeinflusst und ich die technischen Möglichkeiten und ihren Einfluss auch in der Kommunikation als unumgänglich akzeptieren "müsse", dann stelle ich mir durchaus die Frage, ob dem wirklich so sein "muss". Nicht Alles, was möglich ist, muss dauerhaft gemacht oder genutzt werden. Ich nehme mir die Freiheit und kann jeden Tag entscheiden, ob ich dem kritiklos so, in abgeschwächter Form oder gar nicht folgen möchte. Vielleicht geht es Ihnen ähnlich, dass solche Sichtweisen in der Diskussion mit anderen Menschen dazu führen können, dass man als eher konservativ und nicht offen für Veränderungen belächelt/ eingestuft wird. Doch stelle ich mir bei dieser Diskussion die Frage nach der jederzeitigen unbedingten Notwendigkeit von allem technisch Machbaren: Ist es wirklich notwendig, dass ich von der Autobahn aus die Jalousien zu Hause bewegen kann oder dass mein Kühlschrank "entscheidet", welche Lebensmittel ich einkaufen soll? Muss ich permanent wissen, was meine Kontakte/ Freunde in aller Welt gerade tun oder lassen? Gewinne ich mehr Klarheit und Sicherheit, wenn ich neben meinem Computer gleichzeitig dienstliches und privates Smartphone für E-Mail, Facebook, WhatsApp usw. auf Empfang stelle? Auf der einen Seite wünschen wir

uns, über Alles informiert zu sein, auf der anderen, nicht mit Informationen überlastet zu werden; haben wir das nicht ein Stück weit selbst in der Hand?

Auch ich bin froh, dass es Mobiltelefone und Smartphones gibt; ich habe so die Möglichkeit, bei einem unerwarteten wichtigen Ereignis - z.B. nach einem Unfall - andere Menschen schnell zu informieren und Hilfe zu holen. Ich kann ganz spontan einen lieben Gruß an mir wichtige Menschen senden oder über die sozialen Medien zu Aktionen aufrufen, wenn es gilt, Andere zu unterstützen, indem zum Zeitpunkt des Geschehens oder kurz danach die Weltöffentlichkeit davon erfährt (z.B. Menschenrechtsverletzungen). Und es hilft mir, zu jeder Tages- und Nachtzeit online Unterstützung für technische Geräte zu erhalten, Abrechnungsinformationen mitzuteilen oder Einkäufe zu tätigen.

So nützlich mir die neuen technischen Möglichkeiten erscheinen, so meine ich dennoch, dass die gewünschte Zielsetzung bei einer Betrachtung von Kommunikation Sinn macht.

Stehen für mich Effektivität und Effizienz im Vordergrund, habe ich mit technischen Kommunikationsmitteln hervorragende Unterstützung. Sie lassen sich schnell und einfach einsetzen, ich kann spontan handeln. Neben diesen Vorteilen erlebe ich jedoch auch "Nachteile". Zum einen steigt der Druck auf mich, genauso schnell reagieren zu müssen. Zum anderen ist es bequem, wenn der Absender seine Informationen schriftlich versendet und sich dann zurückziehen kann; bei Nachfragen oder Aufklärung von unangenehmen Nachrichten kann er "abtauchen", in dem er "offline" geht. Und wenn ich eine Auseinandersetzung vermeiden möchte, muss ich nicht reden und zuhören; bei einem persönlichen Kontakt fällt mir das nicht so leicht. Die Fähigkeit zur Unterscheidung von virtuellen und realen Wirklichkeiten sowie von falschen und richtigen Nachrichten erfordert aufgeklärte und kritische Nutzer; das ist komplex und bietet Manipulationsmöglichkeiten.

Die Anwender selbst haben bemerkt, dass im Rahmen dieser technischen Kommunikation etwas fehlt: Das Ausdrücken von Emotionen und Gefühlen. Neben dem reinen sachlichen Austausch von Nachrichten und Informationen haben sich schlaue Menschen als Unterstützung sogenannte "Emoticons" ("emotion icons" entspricht in etwa "Gefühlsbilder") – wie z.B. Smileys (Lächeln) – ausgedacht, damit der Empfänger auch hoffentlich korrekt versteht, was ich als Sender gerade ausdrücken möchte.

Wie digital möchte ich nun also selbst kommunizieren?

Ist eine weitgehende Reduktion auf digitale, technische Kommunikation wirklich noch "Kommunikation", wie sie unmittelbar zwischen Menschen Sinn macht? Im Rahmen der technischen Kommunikation zwischen Maschinen – beispielsweise in der Prozessdatenverarbeitung – werden Echtzeitdaten für eine optimierte Steuerung genutzt; Maschinen bzw. Computer sind so programmiert, dass sie genau das können und erwarten.

Digitale Kommunikation ist Teil unseres Lebens geworden, und ich nutze selbst gern verschiedene digitale Medien. Ich stelle mir jedoch immer häufiger selbst u.A. die Frage, ob ich tatsächlich stets die richtige Wahl des Mittels wähle: Was ist meine momentane Zielsetzung für meine Kommunikation und das gewählte technische Medium? Ich könnte das persönliche Gespräch suchen oder zumindest anrufen: Warum tue ich das nicht? Gibt es vielleicht eine dahinterliegende Motivation, nicht persönlich in Kontakt zu treten, weil es mir z.B. unangenehm ist? Wie wichtig und/ oder dringend ist für mich das Thema oder der Austausch, wie viel Zeit und inhaltliche Tiefe möchte/ sollte ich daher investieren? Ich sollte mir vor Allem bewusst sein, was ich mit meinen Worten (nicht) ausdrücke, denn der Empfänger bewertet, ob und wie er es versteht und annimmt; dadurch kann der Vorteil der Schnelligkeit leicht verloren gehen.

Wir Menschen haben wesentlich mehr Kanäle, die bei einer Kommunikation angesprochen werden: Wir kommunizieren zwar im persönlichen Gespräch mit dem gesprochenen Wort, doch der gesamte Körper "spricht" dabei über Körperhaltung, Mimik, Gestik, Tonlage und Betonung mit. Die Möglichkeiten einer Kommunikation mit einer vollständigen Wahrnehmung der Person mit seinen Emotionen und Gefühlen, des Gesprächsumfelds und der Atmosphäre kann ich nur nutzen, wenn ich mit meinem Gesprächspartner von Angesicht zu Angesicht spreche. Darum werden wichtige Gespräche – beruflich wie privat – nach wie vor persönlich geführt.

Kommunikation ist unsere angeborene Fähigkeit, uns (nicht nur, aber vor Allem) zwischenmenschlich auszutauschen. Je nach Zielsetzung das "richtige" Kommunikationsmittel einzusetzen, sollte meines Erachtens nach Vorrang vor dem vermeintlich "einfachen" haben. Wenn Sie experimentierfreudig sind, dann probieren Sie es doch einmal aus – aber informieren Sie vorher sicherheitshalber den Gesprächspartner über Ihr Experiment ...

Und wie digital möchte ich coachen?

Die Beziehung zwischen meinen Kunden und mir als Coach hat für mich eine sehr hohe Bedeutung. Der Kunde schenkt mir mein Vertrauen, und deshalb möchte ich im Rahmen des Coaching sensibel reagieren können. Unsere Kommunikation erfolgt - wie oben beschrieben - sowohl verbal mit Worten als auch non-

verbal über die körperlichen Reaktionen. Daher lege ich Wert auf das direkte persönliche Gespräch. Der wesentliche Vorteil besteht darin, dass die Beteiligten sofort erkennen und spüren können, wie sich das Gespräch entwickelt und wie die jeweiligen Reaktionen aussehen; über ein digitales Medium ist das nicht in gleichem Umfang möglich. Auch viele Methoden - und sei es nur ein einfacher Positionswechsel - lassen sich nur in der persönlichen Begegnung anwenden.

In der Zeit zwischen zwei Coaching-Sitzungen kann es für den Kunden durchaus zu einem kurzfristigen Bedarf an Unterstützung kommen. In einem solchen Fall stehe ich für ein Telefonat dann selbstverständlich zur Verfügung.

Wenn Sie bei diesem Thema Unterstützung suchen, dann stehe ich Ihnen dazu gern zur Verfügung. Ich wünsche mir für Sie, dass Sie auf Ihrem persönlichen Weg dauerhaft erfolgreich unterwegs sind.

Herzlichst
Ihr Christian Nourney



Die Newsletter werden Ihnen auf Wunsch kostenlos per E-Mail zugesandt. Dazu schreiben Sie mir gern eine E-Mail oder füllen Sie bitte das [Kontaktformular](#) aus, tragen im Feld "Bemerkung" den Hinweis "Newsletter" ein und geben Ihre E-Mail-Adresse an.

Wenn Sie den Newsletter abbestellen möchten, antworten Sie bitte auf diese Mail und schreiben Sie in die Betreff-Zeile „Abbestellen“.

Impressum

enabling steps

Christian Nourney, Mohnblumenweg 6, 50259 Pulheim, Tel.: 0162-962 8411

E-Mail: info@enabling-steps.de , Web: www.enabling-steps.de

Inhaltlich Verantwortlicher gemäß § 55 Abs. 2 RStV (Rundfunkstaatsvertrag): Inhaber Christian Nourney