



Humanistisch systemisches Coaching

Humanistischer Ansatz

Der humanistische Ansatz geht von einem positiven Menschenbild aus. Demnach trägt jeder Mensch in sich die Anlage und das Bedürfnis, zu lernen, sein Selbst zu verwirklichen und sein Leben sinnvoll zu gestalten. Dieser Ansatz und die damit verbundene Annahme, dass alle Menschen hohe Fähigkeiten und Lösungskompetenzen haben, führen zu einer akzeptierenden und wertschätzenden Haltung des Coaches gegenüber dem Klienten und sorgen dafür, dass das Coaching auf Augenhöhe stattfindet.

Systemischer Ansatz

Eine systemische Herangehensweise bedeutet zum einen, den Menschen im Kontext seiner Umwelt zu berücksichtigen. Menschen sind demnach in die Gesellschaft als soziales System eingebunden und mit ihren kulturellen Mustern, Strukturen und Regeln konfrontiert. Gleichmaßen können Menschen selbst als psychische Systeme verstanden werden, die im Aneignungsprozess der gesellschaftlichen Strukturen eigene Denkweisen und Verhaltensmuster entwickeln.

Bedeutung für das Coaching

Für das Coaching bedeutet das, dass familiäre Erfahrungen, Lebensereignisse sowie die bisherige individuelle Bildungs- und Berufsbiographie und damit verbundenen Wünsche und Möglichkeiten mit in die Arbeit einbezogen werden. Andererseits werden gesellschaftliche Umstände, wie zum Beispiel die Entwicklungsperspektiven beruflicher Branchen, berücksichtigt. Der Klient ist Experte für seinen Weg und sein Leben, der Coach steht ihm als Experte für den Prozess und die Methoden zur Seite, wobei er sich an den persönlichen Anliegen, dem Lebenskontext und den Werten des Klienten orientiert.