

Tipps für Konfliktcoachings

Ein häufiges Coachingthema sind „Konflikte“. Als Coach stehen wir dabei vor der Herausforderung, nur EINE Konfliktpartei vor uns zu haben. Wie können wir nun konstruktiv nur mit einer Konfliktpartei arbeiten?

1. Coachingziel gut überlegen

Eine der häufigsten Annahmen in einem Konflikt ist: „Der oder die andere(n) sind schuld!“ Somit ist das gewünschte Einstiegsziel des Coachees, den anderen zu ändern. Was können wir aber im Coaching realistisch leisten? „Den anderen verändern“ ist kein realistisches Coachingziel. Dem lösungsorientierten Arbeiten entspricht die Denkrichtung: „Was können Sie tun, dass es in Zukunft nicht mehr zum Konflikt kommt?“ Oder: „Was können Sie tun, damit Sie die Situation nicht mehr so belastet?“

Finden Sie gemeinsam heraus, worum es wirklich geht: Was genau stört Ihren Coachee? Welche Veränderung hätte er gerne?

2. Perspektivenwechsel vornehmen lassen

Hier kann es Ihnen im Coaching passieren, dass Ihr Coachee ausweicht und lieber über die belastende Situation und Schuld der anderen lamentiert. Nun ist es Ihre Aufgabe, den Coachee sanft wieder in Richtung Lösungsarbeit zu bewegen. Am besten, indem Sie seine Situation wertschätzen und ihn dann wieder auf eine Lösung hin orientieren.

3. Keine Ratschläge als Coach geben

Die Konfliktlösung muss zum jeweiligen Coachee und zu seiner Situation passen und nicht zu Ihnen als Coach. Und bedenken Sie: Es gibt mehr als eine Lösungsmöglichkeit. Sie können mit dem Coachee alle Lösungsmöglichkeiten auflisten, die Ihnen beiden einfallen.

4. An der Einstellung dazu arbeiten

Leider ist in manchen Konflikten keine direkte Lösung der Situation möglich. Man kann z.B. den Kollegen nicht kündigen oder kann die Firma nicht verlassen, da man für die Familie und den Kredit aufkommen muss. Dann ist es aber immer noch möglich, an einer **Lösung zweiter Ordnung** zu arbeiten – nämlich an meiner Einstellung zu den Dingen: „Was kann ich tun, um die Situation bestmöglich auszuhalten?“ Oder: „Was kann ich unternehmen, damit es nicht noch schlimmer wird?“ Wir begeben uns mit dem Coachee also auf die Suche nach Ressourcen, die hilfreich sein könnten.

Mehr Coachingtipps finden Sie im Buch [„Coaching in der Praxis“](#) von Sabine Prohaska. Das Buch ist im Junfermann Verlag erschienen.