

Interview mit Angelika Leemann – Absolventin des Lehrganges Coaching Mentoring



Liebe Angelika, du hast vor kurzem unseren Lehrgang «Coaching Mentoring» besucht. Was hat dich dazu bewogen?

Ich habe seit dem Abschluss meines Studiums im Marketing für Konsumgüter gearbeitet. Dabei habe ich mich schon je her mit den Kunden befasst und ein grosses Menschenverständnis aufgebaut. Erfahrungsjung wurde ich Teamleiterin und dann Marketingleiterin. Das Interesse an Mitarbeiterführung wurde immer grösser und nach einem Tageskurs zu Führung und Coaching hat es mich endgültig gepackt. Ich wollte mehr wissen, wollte ein Coach werden und Coachingansätze in der Führung von Mitarbeitenden anwenden.

Eine passende Ausbildung zu finden war gar nicht so einfach. Ich habe mich mit vielen Leuten ausgetauscht, viele Lehrgänge angeschaut. Die meisten dieser Lehrgänge gingen ein halbes Jahr und alle zwei Wochen hätte ich ein bis zwei Tage dafür aufwenden müssen. Während meiner Recherche bin ich auf das Coachingzentrum gestossen und habe mich gefragt, warum hier der Lehrgang 18 Monate dauert. Daraufhin habe ich die Informationsveranstaltung besucht und erfahren, dass während der Ausbildung beim CZO drei Schritte durchlaufen werden – Coaching erfahren, Coach werden und Reflexion.

„Wichtig war mir bei der Ausbildung, dass ich nicht nur theoretisches Wissen erwerbe, sondern ich mich selbst transformiere und Coaching erfahren kann. Und genau das habe ich bei diesem Lehrgang entdeckt.“

Zusätzlich hat mich auch sehr angesprochen, dass es maximal zehn respektive zwölf Teilnehmende pro Lehrgang gibt. Durch diesen intimen Rahmen würde

ein enger Austausch mit den anderen Teilnehmenden und den Lehrcoaches möglich sein. Da ich auch eine wissenschaftlich geprägte Person bin, habe ich eine fundierte Ausbildung gesucht. Die Kooperation des Coachingzentrums mit der PH Zug für die Lehrgänge gab mir das notwendige Vertrauen, dass die Ausbildung wirklich passend ist.

Was hat dich besonders überzeugt an der Ausbildung? Was waren deine Highlights?

Die Entwicklung – die Transformation zum Coach – war sehr spannend zu erleben. Aufgrund der Reflexionsblätter aus dem Lehrgang waren die Veränderungen der Gedanken auch nachvollziehbar.

„Fragen stellen, offen bleiben, eine wertfreie Haltung: all das wurde zur Normalität. Diese Haltungsänderung braucht jedoch Zeit – und genau die wurde mir durch die Ausbildungsdauer beim Coachingzentrum gegeben.“

Die Lehrcoaches haben mich, respektive uns, dabei immer begleitet und auf die Reise mitgenommen. Wir waren ein Team. Der Austausch untereinander war sehr bereichernd und wertschätzend. Dadurch hat sich jeder getraut Fehler zu machen und über sich selbst zu lachen. Das ist meines Erachtens nicht selbstverständlich. Die Lehrcoaches haben das möglich gemacht, indem sie ein Umfeld geschaffen haben, wo genau dies möglich ist.

Was hat dich an der Ausbildung überrascht?

Extrem überrascht hat mich, dass ich mich wirklich als Person verändert habe. Gerade das erste halbe Jahr brachte so viele Veränderungen... ich habe jeden Pfeiler im Leben angeschaut und aufgrund der

neuen Erkenntnisse hinterfragt. Ebenso habe ich ein grösseres Bewusstsein bekommen, wer ich bin und was ich will.

Was hat dich während des Lehrgangs am meisten herausgefordert?

Wir haben gleich vom ersten Tag an Gespräche geführt. Natürlich noch nicht als Coach, der Prozess respektive Ablauf kam erst später und wurde uns nach und nach beigebracht. Dadurch, dass wir ins kalte Wasser geworfen wurden, konnten wir viel probieren, unseren Weg finden und seinen eigenen Stil aufbauen. Ich war froh, dass der Prozess und die Theorie dazu erst später kamen. Der Ablauf ist Formsache, der Kern kam zuerst, nämlich auf sein Gegenüber einzugehen und ein Gespräch leiten zu können.

Ich war auch von der vielen Denkarbeit herausgefordert. Man stellt sich selbst Fragen, die man sich vorher noch nie gestellt oder gemeint hat, die Antworten dazu schon zu kennen und dann plötzlich merkt, dass es doch ganz anders ist. Beispielsweise habe ich mich plötzlich gefragt, was denn wirklich meine Werte sind. Ich durfte das für mich neu herausfinden, konnte mich darüber austauschen und erfahren, dass andere Werte auch völlig ok sind. Zusätzlich kam auch immer wieder die Aufforderung, sich zu reflektieren. Ich fand super, dass dies so einen hohen Stellenwert hat, weil das aus meiner Sicht die Kernaufgabe eines Coaches ist, sich immer wieder zu reflektieren.

„Das Resilienzmodell begleitet mich seit dem Lehrgang. Damit Veränderung entstehen kann, braucht es Impulse.“

Zu Beginn scheinen Impulse oftmals negativ, doch mit genauerer Betrachtung konnte ich viele Impulse als Chance begreifen. Vor dieser Herausforderung stehen auch viele Coaches, weswegen das eigene Durchleben einer solchen Transformation so wichtig für mich war. All das hilft, bei Coachings das Gegenüber besser zu verstehen und es hilft auch, Herausforderungen und Veränderungen besser anzunehmen.

Welche Erfahrungen und Impulse aus dem Lehrgang haben dich persönlich am stärksten geprägt?

Die Menschen, d.h. die anderen Teilnehmenden und die Lehrcoaches. Die Coachinghaltung war von

Beginn weg zu spüren, was einfach toll war. Die Stimmung und der Umgang untereinander waren wertschätzend, wohlwollend und jederzeit fördernd – eine absolut positive Lernkultur.

Wir konnten viel üben und immer wieder Coachings durchführen. Trotz einer strengen Zeit mit einem 100% Job und Weiterbildung konnte ich sowohl lernen als auch arbeiten, da wir oftmals beispielsweise Themen aus meinem Umfeld als Übung nutzen konnten. So profitierte ich nicht nur privat, sondern auch beruflich.

Die Lehrsequenzen waren für mich mental fordernd. Abends war ich regelmässig erschöpft, aber auch zufrieden. Sie waren für mich sowohl Motivations- als auch Inspirationsquelle. Dadurch, dass ich mich total eingelassen hatte, kam ich Schritt für Schritt vorwärts, sowohl als Mensch wie auch als Coach.

„Die Ausbildung beruht auf Wissenschaft und Fakten, ohne dass jedoch die weichen Faktoren wie Emotionen und Werte zu kurz kamen. Die Möglichkeit, einen eidgenössischen Abschluss zu erlangen, unterstreicht für mich nochmals zusätzlich die Glaubwürdigkeit der Ausbildung.“

Wie hat sich dein Berufsalltag seit deiner Ausbildung zum Coach und betrieblichen Mentorin verändert? Was machst du genau anders?

Nachdem ich mit der Ausbildung fertig war, ging ich erst mal drei Monate reisen. Ich brauchte Abstand von allem, sowohl vom Job als auch vom Coaching. Nach meiner Rückkehr hat sich mein Job langsam verändert. Ich habe immer stärker Coaching-Elemente eingebracht. Bisweilen «klagten» Mitarbeitende, dass ich nicht stets nur Fragen stellen soll, sondern auch Stellung beziehen soll. Hätte ich dies gemacht, hätten sich die Mitarbeitenden jedoch nicht weiterentwickelt, was sie auch immer zu schätzen gewusst haben.

Meine Tätigkeiten reichten von 1h-Coachings über die Anwendung vom Mottozielprozess für die gezielte Förderung von Talenten oder auch als Vorbereitung für schwierige Gespräche. Diese Erfahrungen waren unglaublich bereichernd und es war sehr schön zu erleben, dass ich als Coach angenommen wurde.

Welche neuen beruflichen Möglichkeiten sind für dich durch die Ausbildung entstanden?

Ich wollte immer zu einem grösseren Ganzen beitragen. Durch die Coaching-Ausbildung habe ich meine wahre Passion entdeckt, Menschen zu begleiten und weiterzuentwickeln. Ich habe mich beruflich neu orientiert und nun steht für mich alles offen, der Weg ist frei.

Wie geht es für dich nach dem Abschluss weiter?

Nach dem Abschluss wollte ich mich vermehrt dem Thema widmen, was ich bei meiner vorherigen Tätigkeit nicht in dem Ausmass hätte tun können. Coaching ist für mich emotional anstrengend und braucht viel Energie. Ich wollte es daher zwar öfters machen, jedoch nicht nur. In der Kombination mit Beratung ist es für mich perfekt und ich schätze mich glücklich, einen Arbeitgeber gefunden zu haben, bei dem ich Beratung und Coaching verbinden kann.

Mein jetziger Arbeitgeber berät und begleitet Kunden auf Mandatsbasis ganzheitlich, d.h. wir sind bei unseren Kunden im Einsatz für das Rekrutieren von neuen Mitarbeitenden, beim Einstieg und der Einführung, entwickeln aber genauso mit den Unternehmen die Unternehmenskultur weiter, etablieren neue Leitsätze oder auch neue Führungsansätze. Dabei gehen wir nicht nach Schema vor, sondern beraten und coachen Unternehmen ganz individuell. So darf ich nun Unternehmen bei ihrer Reise, bei ihrer Weiterentwicklung begleiten, ganz so wie ich es selbst durch die Ausbildung erleben durfte.

Was denkst du, für wen eignet sich diese Ausbildung? Was sollten potentielle Interessenten unbedingt wissen?

Es eignet sich für Leute, die als Coach arbeiten möchten, weil man sich durch die Ausbildung zum Coach transformiert. Die Ausbildung ist fundiert und bietet eine gute Grundlage, dass sie diverse Karrieremöglichkeiten schafft.

Genauso gut passt sie auch für Menschen, die Coaching im Unternehmen einsetzen möchten. Für

mich ist Coaching Teil der Führung und es eignet sich daher besonders für Leute, die sich persönlich weiterentwickeln und Coaching in ihren Führungsstil integrieren möchten.

„Coaching als Führungsstil wird in Zukunft immer relevanter, da dem Menschen wieder mehr Wert gegeben und nicht mehr einfach nur als Ressource betrachtet wird. Der Mensch darf wieder Mensch sein, auch in der Arbeitswelt.“

Was hättest du Absolventen gefragt, hättest du vor der Ausbildung die Möglichkeit dazu gehabt?

Ich hätte folgende Fragen gestellt: «Lässt sich die Ausbildung mit einem 100% Pensum vereinen? Oder sollte man vorher besser reduzieren?».

Auch wenn mir mein Vorgesetzter viel Flexibilität zugestanden hat, war es für mich dennoch eine grosse Herausforderung, meinen 100%-Job und die Weiterbildung unter einen Hut zu bringen. Ich hätte im Nachhinein vermutlich gerne das Pensum reduziert, damit ich der Ausbildung mehr mentalen Fokus hätte geben können.

Welche Frage haben wir nicht gestellt und hätten dir stellen sollen?

Ihr hättet mir die Wunderfrage stellen sollen! Das ist für mich ein wahres Allzweckmittel im Coaching.

Was du sonst noch sagen wolltest...

Ich wiederhole mich, aber ich möchte es nochmals auf den Punkt bringen: ein grosses Dankeschön und Kompliment ans CZO. Das Fachknowhow ist unglaublich und auch die Coachinghaltung, die von Anfang an kontinuierlich vorgelebt wird. Das war die Basis für die richtige Lernatmosphäre, um sich entwickeln zu können. Es war eine intensive und lehrreiche Zeit, die ich nicht missen möchte.

Angelika Leemann

Betriebl. Mentorin mit eidg. FA / CAS Coaching / dipl. Coach SCA
Partnerin, Walther Blum & Partner