



austriancoachingcouncil

Die Plattform der Interessensvertretung
für professionelles Coaching

Newsletter

Newsletter Ausgabe 2/08 vom 03.09.2008

1. Editorial
2. Praxis
3. News aus der Coaching-Welt
4. Markt und Business

1. Editorial

Liebe Leserin, Lieber Leser!

Willkommen in der schönen neuen Welt der Selbstüberforderung und Selbstausbeutung in der Sie hoffentlich noch nicht ganz angekommen sind! Hier wäre der Ausweg mithilfe von Coaching ein leichtes oder ist es doch nur das in die Falle tappende Angebot noch schneller zum „erschöpften Selbst“ (wie Ehrenberg es beschreibt) zu werden? Coaching ist, wie auch der neueste ZEIT-Artikel "Das gecoachte Ich" beleuchtet, eine unheimliche Erfolgsstory geworden und auf dem besten Weg ein Massenphänomen zu werden, ohne dem offensichtlich keine persönliche Karriere mehr stattfinden kann. Die Frage ist ja natürlich berechtigt - wo ist der Hausverstand geblieben und was treibt die Menschen ins Multitasking? Mehr dazu im Hauptartikel dieses Coaching-Newsletters "News & Dialogs".

Was systemisches Projekt-Coaching leisten muss, wird in der Rubrik „Markt und Business“ in einem umfassenden Gastartikel beleuchtet.

Dass Coaching hilft, wenn professionell und seriös angewendet, wissen wir, wo aber die Grenzen sind - vor allem bei „Coaching am Rande des Burnout“ - wird im neuen Buch von Hans Tomaschek und Thomas J. Nagy praxisnahe aufgezeigt.

Freuen würde uns auch eine persönliche Begegnung bei der diesjährigen "Personal Austria" am 1.-2. Oktober im Austria Center Vienna (ACC-Stand G.15, Halle Z). Im Rahmen dieser Fachmesse lädt der ACC zur Podiumsdiskussion "Alles Coaching - oder was? Professionalität und Qualität im Wirtschaftskoaching" ein (2. Okt., Praxisforum 1, 14.45-15.30 Uhr).

Im ACC sind wir wieder voll- und reaktiviert in den Herbst gestartet mit einem durch Christine Platzer erweiterten Team. Sie wird sich vor allem verstärkt um die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit des Austrian Coaching Council annehmen. Im Zuge des Relaunchs des ACC-Internetauftritts Ende September und der Neuauflage der ACC-Flyer wird es auch eine Umstellung und Erweiterung der Coach-Datenbank um die Kategorie der Lehr-Coaches geben.

Für reisewillige Coaches, BeraterInnen und Führungskräfte gibt es im Oktober noch einen Pflichttermin in Berlin-Potsdam zum **Coaching-Kongress** des DBVC am 17.- 18. Oktober: ACC- Mitglieder erhalten einen stark reduzierten Vorzugspreis!

Abschließend freuen wir uns, Ihnen drei Coaching-Forschungsarbeiten vorzustellen und Sie zur aktiven Beteiligung an einer Coaching-Umfrage verführen zu dürfen.

Einen erfolgreichen Herbst und einige feine Begegnungen wünscht Ihnen mit respektvollem Gruß
diesmal noch von der griechischen **Insel Lemnos**

Michael Tomaschek
Obmann & Vorstand des ACC
Redakteur ACC Newsletter 2/2008



austriancoachingcouncil

Die Plattform der Interessensvertretung
für professionelles Coaching

2. Praxis

Multitasking Gesellschaft - ja natürlich, nur wo bleibt der Hausverstand?

Dr. Lisa Tomaschek-Habrina, Mag. Michael Tomaschek

Dass unser derzeitiges Wirtschaftssystem auf Wachstum beruht, ist keine neue Erkenntnis, dass dieses nur durch immer höhere Geschwindigkeit erzielt werden kann auch nicht. Das wir aber bereits die „Lichtgeschwindigkeit“ erreicht haben, also nicht mehr weiter beschleunigen können, ist vielen noch nicht so ganz einsichtig und die Konsequenz daraus, dass wir die Zeit verdichten müssen um dem ökonomischen Wachstumsgesetz zu genügen, ist die logische Folge mit dem Effekt, mehrere Dinge gleichzeitig tun zu müssen.

Zwang zur Gleichzeitigkeit

Handyanrufe, Blackberry-Telekonferenzen, E-Mail-Korrespondenzen etc. sind parallel Welten und Alltag für viele. Der Zwang der Gleichzeitigkeit, zum Multitasking hat unser Zeitgefühl gestört. Wir folgen nicht mehr dem Takt der Uhr, deren innere Logik lautet: „Eins nach dem Anderen.“ Stattdessen versuchen wir, ein polichrones Zeitverständnis aufzubauen, in dem Anfang und Ende unserer Aktivitäten verschwinden.

Neue Spezies: Der „Simultant“

Das heißt, der Mensch muss also in seinem begrenzten Leben nach einem unbegrenzten Prinzip arbeiten, das nicht seiner Natur entspricht. Die Folgen sind Stress und das Gefühl von Zeitdruck. Karlheinz Geißler spricht in diesem Zusammenhang auch von „Simultant“, als einem neuen Proponent der heutigen Flexibilitäts-gesellschaft. Durch die Verdichtung von Lebensaktivitäten geraten wir überhaupt erst in den Zustand, den wir als Zeitnot bezeichnen.

Wer glaubt, Zeit gewinnen zu können, indem er sich immer mehr Multitasking-Technologien anschafft, begibt sich in einen Teufelskreis. Wer glaubt, dass sich durch die Vergleichzeitigung eine gewisse Arbeitseffizienz erhöht, muss sich durch eine Reihe von wissenschaftlichen Studien eines Besseren belehren lassen: Die Dinge werden zum einen langsamer und zum anderen fehlerhafter erledigt.

Menschen im permanenten Stand-by-Modus

Die mangelnde Konzentration und Fokussierung auf das Wesentliche, der viele unterliegen, wenn sie sehr viel auf einmal tun, lässt den amerikanischen Psychiater Edward A. Hallowell bereits einen neuen Begriff kreieren: ADT, Attention Deficit Trait, zu deutsch: Aufmerksamkeits-Defizit-Charakter. Menschen im permanenten Stand-by-Modus beeindruckt vielleicht noch oberflächlich durch ihre Geschäftigkeit und scheinbaren Kreativität, in Wahrheit jedoch verzetteln sie sich und sind nicht mehr in der Lage, sich auf das zu fokussieren, was wirklich wichtig ist. Wie wäre es, wenn mancherorts hyperaktive Manager sich gewahr werden selbst eigentlich im stand by modus zu arbeiten?

Zeiten der Ernte einplanen

In der Vergleichzeitigung verschwimmen auch Anfang und Ende einzelner Arbeitsschritte. Die Zeiten der „Ernte“ sind in diesen Fällen oft nicht einmal mehr eingeplant.

Die Orientierungslosigkeit ist häufig ein großer Stressfaktor und schürt das Gefühl, die Zeit renne einem davon. Doch was macht es so schwer die Selbstcoaching-Anleitung „Also schaffe Rituale wo Beginn und Ende erkennbar sind“ anzuwenden?

Das „erschöpfte Selbst“

... ist mittlerweile auf allen Ebenen anzutreffen und nicht nur Key-Accounter sind gestresst, jede vierte Führungskraft in diesem Lande fühlt sich laut Studien ausgebrannt und erschöpft. Demnach sind an die 1.000.000 ÖsterreicherInnen stark burnout-gefährdet, auch wenn es unserer Wirtschaft die letzten Jahre immer besser geht und wir im Durchschnitt zu unseren Nachbarn hervorragend performen, geht es mit unserer Leistungsfähigkeit rapide bergab. Die Gründe sind viele Individualisierung, Flexibilisierung, Globalisierung, Liberalisierung und der damit erhöhte Selbsterfüllungsdruck -gefälligst ein glückliches erfolgreiches Leben zu haben- ist längst in unrealistische und nicht erfüllbare Sphären abgehoben.



austriancoachingcouncil

Die Plattform der Interessensvertretung
für professionelles Coaching

Beruhigte Coaches

Da ist guter Rat teuer und der Coach liefert ihn eben allerorts. Doch wo bleibt der Hausverstand - außer im Supermarkt? Coaches kommen immer öfter und massiver zur Intervention Kunden stoppen zu müssen und sie ganz einfach anzuhalten. Um ihnen die Möglichkeit des Innehaltens zu geben, braucht es aber auch „beruhigte“ Coaches. Der Coach wird immer öfter zur Tankstelle für gestresste Führungskräfte und immer öfter missbraucht, um der Effizienz nach dem Multitasking-Prinzip zum Erfolg zu verhelfen. Doch Vorsicht - nicht alle Kundenziele die coachingtauglich sind, sind es auch für die Realität des Lebens und auch Coaches sollten dieses achten.

Es ist nicht alles machbar, leistbar und erreichbar und es wird nicht mehr lange dauern, dass wir Verzicht-Coaches und Frustrations-Coaches am Markt finden werden, die Menschen bei dieser Erkenntnis unterstützen.

Chronobiologie – individuelles Zeitempfinden

Niemand kann alles leben, alles machen, alles haben. Vergleiche wie „Andere können das doch auch, alles unter einen Hut zu bringen..“ machen ihnen nur noch mehr Stress und sind wenig hilfreich, wie die Chronobiologie, die sich mit der zeitlichen Organisation von Lebewesen beschäftigt, erläutert.

Das Zusammenspiel von Gehirnregionen steuert also den Zeitsinn und vollzieht sich bei jedem Menschen anders. Man könnte also vom Gehirn als eine Art biologische Uhr sprechen, die in einem individuellen Rhythmus tickt. Die Chronobiologie unterscheidet zwei Chronotypen: Die Lerche, als Frühaufsteher, und die Nachttaube. Diese innere Uhr des Menschen soll durch individuelle Erbanlagen festgelegt sein. Ein Umerziehen ist also kaum möglich.

Wer ständig gegen seine biologische Uhr arbeitet, erleidet auf die Dauer einen „sozialen Jetlag“, vergleichbar mit dem Jetlag nach langen Flügen, nur begleitet er die Betroffenen ein Leben lang. Dieser soziale Jetlag kann weitreichende Folgen für Gesundheit und Leistungsfähigkeit haben. Viel zitierte Zeitmanagement Tipps wie „Erledigen Sie wichtige Aufgaben immer gleich frühmorgens“, funktionieren nur bei einem Teil der Menschen.

Wo ist er, der Hausverstand, also nun?

All das zeigt: Starre Vorgaben bringen nichts, jeder Mensch muss sein individuelles Zeitempfinden erkunden, und dann entsprechende Anpassungen in seinem Arbeitsprozess vornehmen. Es heißt im Volksmund: „Nimm dir Zeit und nicht das Leben.“ Wer seine Arbeitseffizienz erhöhen will, muss sich auch Gedanken über seine Gesundheit machen. Gesundheit bedeutet Zeit zu haben, sich an Gesundheit zu erinnern. Und Arbeitszeit ist ein großer Teil meiner Lebenszeit!

Gesundheit verfällt ohne Zuwendung, ohne aktive Pflege und bewusste Gestaltung, weil der Mensch vielen ungesunden Einflüssen ausgesetzt ist, wie der Zeitnutzungsparadoxie.

Also nutzen Sie die Zeit, die Sie sich bewusst „weg“-nehmen, genau darüber zu reflektieren.

3. News aus der Coaching-Welt Forschungsarbeiten

Der ACC unterstützt als Dachverband für Coaching immer wieder Forschungsarbeiten, unser Team steht in diesem Zusammenhang den AutorInnen begleitend zur Seite, wenn es um inhaltliche und strukturelle Fragen im Rahmen geht. Folgende Arbeiten sollen hier vorgeschlagen werden:

- ▶ Adametz, Michael (2008): **Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen Beratung und Therapie.** Eine Befragung soll von ExpertInnen aus den Arbeitsfeldern "Beratung" und "Psychotherapie" soll in Ergänzung zu qualitativen Interviews die Sicht- und Herangehensweisen der unterschiedlichen Professionen untersuchen. Link zum Online-Fragenbogen - [Teilnahme an der Befragung](#).
- ▶ Bohrn, Sebastian (2008): **Bedarf und Akzeptanz von Unternehmer-Coaching.** In dieser wissenschaftlichen Untersuchung wurden Bedarf und Akzeptanz von Coaching bei Mikro- und Einzelunternehmern in Österreich untersucht und thematisiert Problemfelder und Herausforderungen. [Hier weiterlesen...](#)



austriancoachingcouncil

Die Plattform der Interessensvertretung
für professionelles Coaching

- ▶ Kneiβl, Vanessa (2007): **Coaching – ein Beruf auf der Suche nach Professionalität? Sichtweisen von österreichischen Coaches über deren Profession und den Weg zu einem einheitlichen Berufsbild.**
Forschungsleitende Fragestellungen dieser Arbeit: Welche Veränderungen – auf Unternehmens- sowie auf persönlicher Ebene – haben zu einem Bedarf an Coaching geführt? Gibt es unter den österreichischen Coaches ein einheitliches Berufsbild von Coaching? Was bedeutet Professionalität – insbesondere im Zusammenhang mit der Entstehung einer neuen Berufsform: dem Coaching – und wie weit ist dessen Professionalisierung fortgeschritten? [Hier weiterlesen...](#)

4. Markt und Business

A. SYSTEMISCHES PROJEKT-COACHING

- ▶ Wodurch entsteht der Bedarf für Coaching in projektorientierten Unternehmen, d.h. Unternehmen, deren Kerngeschäft die Wertschöpfung aus der Durchführung von Projekten ist?
- ▶ Was sind die Herausforderungen für Coaches in diesen projektorientierten Unternehmen?
- ▶ Reichen hier allgemein-methodische Kompetenzen als Coach oder ist Projekt-Coaching ein Coaching-Feld mit spezifischen Charakteristiken im Kontext und im Prozess?

Eine differenzierte Darstellung der Rolle des Projekt-Coachs erläutert der **Gastartikel "Systemischer Projekt-Coach - Eine neue Rolle im interdisziplinären Synergiefeld von Führung und Coaching"** - [Hier weiterlesen...](#)

B. NEUER KOOPERATIONSPARTNER DES ACC

Mit dem AGB-Shop und Erik Pajank hat der ACC wieder einen nützlichen und kompetenten Kooperationspartner für alle Lesewilligen reaktiviert. Das AGB-Team zeichnet sich durch hohes Insider-Wissen und Fachkompetenz für alle Publikationen im Beratungs- und Consulting-Bereich aus. Neben dem umfassenden Sortiment finden Sie am neuen Standort Stumpergasse 65 / Ecke Mariahilferstraße, 1060 Wien, auch ein gemütliches Ambiente für einen literarischen Kurzausflug. Als ACC-Mitglied dürfen Sie sich auch noch über einen Einkaufsrabatt freuen. [Weitere Informationen hier.](#)

C. BUCHTIPPS

Coaching am Rande des Burnout. Chance, Möglichkeiten und Grenzen.

Tomaschek, Hans / Nagy, Thomas J.
MeisterKlasse, Klosterneuburg, 2008.
ISBN: 978-3-9502164-5-5.

Die beiden Autoren beleuchten die vielschichtigen Erscheinungsformen von Burnout anhand von Fallbeispielen. Ähnlichkeiten mit ihren Burnout-Erfahrungen sind durchaus beabsichtigt - so entstand ein Buch, das Coaches bestärkt, innerhalb ihrer Kompetenzgrenzen aktiv mit KundInnen im Burnout zu arbeiten. PsychotherapeutInnen und MedizinerInnen erkennen, an welchen Schnittstellen sie durch Coaching Unterstützung erhalten. Betroffene sollen sich in den Fallbeispielen wiederfinden und unterstützt werden, sich an ExpertInnen zu wenden, die sie auf dem Weg aus dem Burnout begleiten.
[Mehr...](#)

D. VERANSTALTUNGSKALENDER

Start- und Auswahlseminar zum Intensivkurs Systemisches Coaching

26.-27.09.2008 / Wien
ASO / 1010 Wien, Rathausstraße 11 / [E-Mail](#)

Seminar Coaching Intensiv 1

16.-18.10.2008 / Wien
ASO / 1010 Wien, Rathausstraße 11 / [E-Mail](#)

Impulsseminar Systemisches Coaching (für MSc / Intensiv- und Professionallehrgang)

26.09.2008 / Wien
Europäische Ausbildungsakademie / 1150 Wien, Gerstnerstraße 3 / [E-Mail](#)

Professionallehrgang Coaching (2. Studienabschnitt MSc)



austriancoachingcouncil

Die Plattform der Interessensvertretung
für professionelles Coaching

16.10.2008 – 06.04.2010 / Wien
Europäische Ausbildungsakademie / 1150 Wien, Gerstnerstraße 3 / [E-Mail](#)

Intensivlehrgang Coaching (1. Studienabschnitt MSc)
13.11.2008 – 30.05.2009 / Linz, Wels
Europäische Ausbildungsakademie / 1150 Wien, Gerstnerstraße 3 / [E-Mail](#)

Intensivlehrgang Coaching (1. Studienabschnitt MSc)
04.12.2008 – 06.06.2009 / Wien
Europäische Ausbildungsakademie / 1150 Wien, Gerstnerstraße 3 / [E-Mail](#)

TRAIN THE COACH - Zertifikatslehrgang für systemisch orientiertes Coaching
08.10.2008 - 17.01.2009 / Wien
Jelinek Akademie / 1120 Wien, Meidlinger Hauptstrasse 78 / [E-Mail](#)

Systemische Gruppendynamik
08. - 13.02.2009 / Schweiz, Gottlieb Duttweiler Institut
Königswieser & Network GmbH / CH-8803 Rüschlikon, Langhaldenstr. 21

Positive Leadership - ein Praxis-Lerngang für neue Perspektiven des Führens
29.10.2008 - 28.05.2009 / Wien, Hamburg
TRAIN WERKSTATT / 1070, Wien / [E-Mail](#)

Lerngang Strategie-Entwicklung aus eigener Kraft
24.09.2008 - 28.05.2009 / Tübingerkogel, Mauerbach / Wien u. Europahaus, 1140 Wien
TRAIN WERKSTATT / 1070, Wien / [E-Mail](#)

Lerngang Systemische Coaching und Consulting Competence
18.03.2009 - 29.04.2010 / Wien
TRAIN WERKSTATT / 1070, Wien / [E-Mail](#)

Coaching follow up - Organisations- und Führungsthemen für Coaches
15.09. - 04.11.2008 (3x2 Tage) / Wien
Trigon Entwicklungsberatung / 8020 Graz / [E-Mail](#)

Coaching Lehrgang
23.01. - 03.10.2009 / Wien
Trigon Entwicklungsberatung / 8020 Graz / [E-Mail](#)

Lehrgang zum Wirtschafts-Coach
25.09.2008 - 27.06.2009 (9 Workshops) / St. Pölten
WIFI Niederösterreich / 3100 St. Pölten / [E-Mail](#)

Kostenloser Infoabend: Ausbildung zum Coach
23.09.2008 / Dornbirn
WIFI Dornbirn / 6850 Dornbirn, Bahnhofstraße 24 / [E-Mail](#)

Ausbildung zum Coach
12.11.2008 / Stiftung Kloster Viktorsberg
WIFI Dornbirn / 6850 Dornbirn, Bahnhofstraße 24 / [E-Mail](#)

Fortbildung zum Management Coach
13.05.2009 / Vorarlberg
WIFI Dornbirn / 6850 Dornbirn, Bahnhofstraße 24 / [E-Mail](#)

Coaching Lehrgang
03.10.2008 - 10.10.2009 und 07.11.2008 - 24.10.2009 / WIFI Süd, 8141 Unterpremstätten
WIFI Steiermark / 8021 Graz, Körblergasse 111-113 / [E-Mail](#)



austriancoachingcouncil

Die Plattform der Interessensvertretung
für professionelles Coaching

7. Fachmesse für Personalwesen

Personal Austria

Halle Z, Stand G.15

01.10. + 02.10.2008 / Wien, Austria Center Vienna

Qualität und Professionalität im Coaching

ACC auf der PERSONAL AUSTRIA

Im Austria Center Vienna findet Anfang Oktober Österreichs größte Fachmesse für EntscheidungsträgerInnen mit Personalverantwortung statt. Der ACC präsentiert sich an den beiden Messtagen als Plattform der Interessensvertretung für professionelles Coaching zusammen mit den anerkannten Coaching-Ausbildungsinstituten.

Am zweiten Messtag veranstaltet der ACC eine *Podiumsdiskussion zum Thema „Alles Coaching – oder was? Qualität und Professionalität im Wirtschaftscoaching“* (14.45 – 15.30 Uhr, Praxisforum 1). Wir laden Mitglieder und InteressentInnen herzlich ein und freuen uns über eine angeregte Diskussion! Gerne senden wir Newsletter-AbonentInnen zwei kostenlose Eintrittskarten zum einmaligen Besuch der Fachmesse (gültig für CEOs, Geschäftsführer und Personalisten) - [Anfrage für Freikarten per E-Mail](#) bis spätestens Donnerstag, 25.09.08 - solange der Vorrat reicht.

[Hier weiterlesen...](#)

Coaching-Kongress

Coaching-Kongress DBVC

17.10.-18.10.2008 / Berlin-Potsdam

Welche Rolle spielt der Coach?

Unter diesem Motto steht der diesjährige DBVC-Kongress in Berlin-Potsdam Mitte Oktober. Ziel ist ein interdisziplinärer Wissens-, Erfahrungs- und Informationsaustausch zwischen Coaches, Weiterbildungs-Anbietern, Wissenschaftlern, Unternehmensvertretern und Kunden. ACC-Mitglieder besuchen den Kongress zum reduzierten Vorzugstarif. [Hier weiterlesen...](#)

Copyright

Der Coaching Newsletter und alle in ihm enthaltenen Beiträge sind für die Dauer des Urheberrechts geschützt. Vervielfältigung, Verbreitung, Verleih, Vermietung, elektronische Weitergabe und sonstige Nutzung, auch nur auszugsweise, nur mit ausdrücklicher Genehmigung der ACC. Bei vollständiger Quellenangabe sind Zitate gewünscht und gestattet. Alle Angaben erfolgen nach Kenntnisstand der Autoren und Herausgeber und werden nach bestem Wissen erteilt. Verwendete Bezeichnungen und Markennamen unterliegen im Allgemeinen einem warenzeichen-, marken- oder patentrechtlichem Schutz der jeweiligen Besitzer.