

# Coaching-Letter

seit 2003

Nr. 96, Mai 2011

Thema:

## **METAPHORISCHES FEEDBACK IM COACHING**

INHALT:

- Metaphorisches Feedback: Das Unbewusste aktivieren
- Die 1. Geschichte: Über die Anstrengung, „böse“ zu sein
- Die 2. Geschichte: Die gute Fee hat Bauchweh
- Die 3. Geschichte: Wigwam
- Zu guter Letzt...

# Metaphorisches Feedback - Das Unbewusste aktivieren

von Manfred Prager

In der V.I.E.L.-Ausbildung zum zertifizierten Business-Coach spielt das Thema „Feedback“ eine große Rolle. Regeln des Feedback-Gebens und -Nehmens, die Wirkungen von Feedback sowie verschiedene Arten, Feedback zu geben, werden vorgestellt und geübt, denn in der Praxis des Coachings ist Feedback oft zentral und häufig „Gold wert“.

Metaphorisches Feedback - einfühlsam und gezielt angeboten - erreicht dabei auf direktem Wege das Unbewusste des Coachees und umschifft so mögliche Widerstände, die bei direkterem Feedback oder purer Konfrontation ausgelöst werden könnten.

Jede Coaching-Situation ist einzigartig und birgt viele Chancen, durch metaphorische Angebote des Coaches bereichert zu werden. Eine kleine Auswahl von metaphorischen Storys möchte ich Ihnen hiermit als Inspiration präsentieren.

## Die erste Geschichte: Über die Anstrengung, „böse“ zu sein.

Der Fabrikdirektor Gustav Schornstein hatte sich durch jahrelange Arbeit und viele persönliche Entbehrungen ein Imperium aufgebaut. Er besaß eine große Fabrik mit vielen Angestellten und Arbeitern. Jeden Tag fuhr er mit seinem großen, schwarzen Dienstwagen um die Fabrik herum, bevor er dann einen Rundgang durch die Hallen und Produktionsstätten seines Imperiums antrat. Hier grüßten ihn alle Arbeiter voller Ehrfurcht - aber ohne Freundlichkeit. Bei diesen Rundgängen sah der Direktor viele Dinge die ihm nicht gefielen, etwa dass viel Material verschwendet wurde.

Er rechnete sich in seinem Inneren dann immer aus, wie viel Geld das war. Und was er mit diesem Geld als junger Mann alles hätte anfangen können: für seine Familie und auch für den Aufbau der Fabrik. Und wenn er dann auf dem Weg in sein großes Büro mit Goldlackmöbeln durch die Verwaltung ging, das gleiche Bild. Und auch hier grüßten ihn alle Mitarbeiter, aber auch hier vermisste er Freundlichkeit. In seinem Büro rief er dann immer alle Abteilungsleiter zusammen und wütete darüber, wie viel Geld hier in der Fabrik ver-



schwendet würde und dass die Arbeiter und Angestellten nur lieblos grüßten. Warum tun die Abteilungsleiter nichts gegen diese Verschwendung, und warum tun sie nichts dafür, dass er als Direktor mit mehr Freundlichkeit begrüßt würde? Und er forderte immer wieder Pläne für Einsparungen und Maßnahmen, die ihn als Direktor würdevoller und freundlicher erscheinen ließen. Die Abteilungsleiter schrieben dann immer lange Hausmitteilungen und gaben diese wortlos weiter an die Werkleiter mit dem deutlichen, schriftlichen Hinweis der „sofortigen Umsetzung“!

Abends kehrte der Direktor immer sehr müde heim, meist noch mit einem Aktenberg unter dem Arm. Und auch hier: die Ehefrau und seine Kinder begrüßten ihn mit Ehrfurcht, er vermisste aber Wärme und Zuneigung. Wenn er zur Nacht abgekämpft in den Spiegel sah, entdeckte er einen verbitterten und müden Mann mit steinernen, fast bösen Gesichtszügen, einen „alten und grauen“ Menschen.

Wenn er dann zu Bett ging, traurig und allein, schlief seine Frau schon längst. Und er wusste, ihn erwartete wieder eine Nacht mit schlimmen Träumen und ein weiterer Tag an dem er streng zu Werke gehen musste.

In dieser Nacht träumte der Direktor denselben Traum eines finsternen Dämons wie in allen Nächten zuvor, doch diesmal endete der Traum anders.

Seine Frau- und seine Kinder überbrachten ihm ein Gedicht in einer ganz einfachen Banderole und jeder von ihnen gab ihm 1000 Küsse und Umarmungen voller Wärme, Liebe und Freundlichkeit. Das Gedicht lautete wie folgt:

***Die Maske des Bösen***

*An meiner Wand hängt ein japanisches Holzwerk,  
Maske eines bösen Dämons, bemalt mit Goldlack.  
Mitfühlend sehe ich  
Die geschwollenen Stirnadern, andeutend  
Wie anstrengend es ist, böse zu sein.*

Am nächsten Tag stand der Direktor früher auf als sonst. Im Bad sah er in den Spiegel und erkannte seine Jugendlichkeit und Lebendigkeit wieder. Weg war das graue Antlitz in seinem Gesicht - ja, in seiner Seele.

Er ging in den Garten und pflückte Blumen für seine Frau und machte anschließend das Frühstück für die ganze Familie. Seinem Chauffeur gab er frei, zog nicht seinen feinen Anzug an mit der goldenen Krawatte, nicht seine goldene Uhr, nicht seine goldenen Manschettenknöpfe - sondern holte seinen alten Blaumann vom Dachboden, den er früher immer trug, als er noch selber in seiner Fabrik mitarbeitete und Erfindungen erfand. Er begleitete seine Kinder auf dem Fahrrad zur Schule. Anschließend fuhr er zur Fabrik und ging mit seinem Blaumann in die Fabrikhallen und begann aufzuräumen. Als seine Abteilungsleiter später zur Arbeit kamen in ihren schönen Anzügen und den teuren Aktentaschen mit den großen Taschenrechnern und Diktiergeräten, gab er auch diesen einen Blaumann und forderte sie auf mitzuhelfen. Und auch alle Arbeiter, selbst die in der



Verwaltung halfen mit. In der Mittagspause setzten sich alle zusammen und redeten gemeinsam, bis spät in den Abend. Der Tag endete mit einem Grillfest, die Frau des Direktors brachte reichlich zu Essen und zu Trinken mit, die Kinder des Direktors holten die anderen Kinder der Arbeiter ab. Und alle zusammen feierten einen schönen Grillabend und überschlugen sich in Plänen und Ideen, und in Freundlichkeit füreinander.

#### **Thematischer Kontext:**

- Persönliche Entwicklung und Reflexion, z.B. über „innere Antreiber“
- Motivation und Wertschätzung
- Veränderung und Perspektivenwechsel
- Wahrnehmung und Akzeptanz
- Kommunikation und Gesprächsführung
- Beziehungsgestaltung und Teamentwicklung
- Führung
- Work-Life-Balance

#### **Unterstützung, Begleitung, Verstärkung:**

Zitat eines erfolgreichen Managers: „Zusammenkommen ist ein Beginn, Zusammenbleiben ist ein Fortschritt, Zusammenarbeiten ist ein Erfolg“. (Henry Ford, Industrieller)

Michael Ende „MOMO“ (die Geschichte der grauen Männer) „Siehst du, Momo“, sagte Beppo, "es ist so: Manchmal hat man eine sehr lange Straße vor sich. Man denkt, die ist so schrecklich lang; das kann man niemals schaffen, denkt man.“

#### **Fragen zur Reflexion und Auswertung:**

- Was ist wirklich wichtig in deinem Leben?
- Was sind deine Antreiber, welche Erlauber gestehst du dir zu?
- Was ist Führung?
- Was ist Erfolg?
- Was ist Teamwork?

#### **Einsatz:**

- Wertschätzende Kommunikation und Führung
- Führungsverhalten
- Mehr miteinander statt gegeneinander
- Führung- und Teambuilding
- Coaching, z.B. Antreiber-Modelle (etwa: „Streng dich an“)
- Work- Life Balance

#### **Quelle/Referenz:**

Manfred A. Prager. Metaphorisches Abschluss-Feedback nach längerem Coaching-Prozess mit mittelständischem GF zu den Themen innerer-Antreiber und Work-Life Balance.

Gedicht „Die Maske des Bösen“ von Bert Brecht.



## Die zweite Geschichte: Die gute Fee hat Bauchweh

Es war einmal eine gute Fee, die lebte im Tränenschloss zusammen mit vielen anderen guten Geistern. In dieses Tränenschloss kamen viele Menschen um dort über ihre Sorgen und Nöte zu erzählen, und diese Menschen erhofften sich im Tränenschloss Hilfe in ihrer Not.

Die gute Fee war voller Tatendrang und half den Menschen, wo sie nur helfen konnte. Sie machte und tat, sie redete mit den Menschen, packte sie beherzt an, machte Vorschläge und rüttelte und schüttelte...

Abends hatte die gute Fee immer mächtig Bauchweh, so sehr, dass sie oft nicht einschlafen konnte.

Eines Tages ging sie mit ihrem Bauchweh zur Nachtfee und fragte, was man denn gegen das schlimme Bauchweh tun könne.

„Nimm dein Bauchweh mit in deine Träume“, sagte sie, „und deine Träume werden dir Antwort geben“.

In dieser Nacht träumte die gute Fee davon, dass sie aufwachte und sich ihr Bauch ganz wundersam öffnete. Heraus kamen viele kleine Wesen, und diese marschierten über sie hinweg, über die Bettdecke auf den Fußboden, weiter zum Fenster wo sie entschwanden. Und alle sagten etwas zu der guten Fee.

*„Du zeigst mir so schöne Bilder, doch gib mir Farbe und Pinsel, damit ich selber schöne Bilder malen kann“.*

*„Du zeigst mir so schöne Wege, doch gib mir Spaten und Schippe, damit ich mir selber schöne Wege bauen kann.“*

*„Du sagst mir so schöne Dinge, doch gib mir Sprache, damit ich selber so schöne Dinge sagen kann.“*

Am nächsten Morgen wachte die gute Fee tief entspannt auf und ihr Bauch war ganz weich und glatt. Und sie wusste, wie sie fortan Hilfe zur Selbsthilfe geben konnte.

Fortan, so heißt es, ist die gute Fee jede Nacht behutsam und sanft eingeschlafen, ganz ohne Bauchweh.

### Thematischer Kontext:

- Persönliche Entwicklung und Reflexion, z.B. innere Antreiber
- Motivation und positives Denken
- Veränderung und Perspektivenwechsel
- Wahrnehmung und Akzeptanz
- Supervision/ Coaching



**Unterstützung, Begleitung, Verstärkung:**

Auf Flipchart: das Bild eines Fischers, der statt geschenkter Fische eine Angel und ein Netz bekommt.

**Fragen zur Reflexion und Auswertung:**

- Welche Anker kannst du für dich finden, um diesen Aspekt der SELBSTHILFE im Auge zu behalten?
- Was ist dein Anteil an der „selbstaufopfernden Hilfe“ und was ist deine eigene Geschichte der „Bauchschmerzen“?
- Wo liegt in Zukunft dein „Benefit“, auch ohne Bauchschmerzen?

**Einsatz:**

Diese Geschichte ist besonders gut geeignet für Menschen, die in sozialen Kontexten arbeiten. Durch den wohlwollenden und metaphorischen Charakter der Geschichte wird das Unbewusste direkt angesprochen und Widerstände der eigenen Reflexion somit verringert.

Dient zur Reflexion des eigenen Handelns und Perspektivwechsel, Veränderung im Verhalten und unterstützt die persönliche Entwicklung. Gutes Instrument für Feedback innerhalb von Coaching- und Supervisionsprozessen.

**Quelle/Referenz:**

Manfred A. Prager. Geschrieben für eine Teilnehmerin (Metaphorische Feedback-Übung) bei einer gemeinsamen Coaching-Ausbildung im Jahr 2008.



## Die dritte Geschichte: Wigwam

Eine Geschichte aus unserer Zeit!

Im Stamme der *Erzähl Indianer* gab es einen *Zuhör Wigwam*. In den gingen die jungen *Erzähl Indianer* wenn sie über ihr Reden hinaus zu neuen Einsichten gelangen wollten.

In dem *Zuhör Wigwam* saß ein kleiner, rothäutiger, grau melierter Mediziner. Und dieser kleine Mann sorgte für Wärme im Zelt. Er hörte aufmerksam zu und begab sich so ganz unauffällig in die Welt der jungen *Erzähl Indianer* hinein, die manchmal ziemlich laut war. Und der Mediziner sorgte ganz behutsam für eine wundersame Stille in diesem Wigwam.

Der kleine, rothäutige, grau melierte Schamane zauberte die jungen *Erzähl Indianer* in andere, stillere Welten hinein. Und oft begab es sich, dass sie als andere Menschen, mit einem sanften Lächeln auf dem Gesicht, das Wigwam verließen.

Und eines Tages kamen Fremde zu dem Stamm der *Erzähl Indianer* und waren deren Gäste.

Die Fremden kannten die Rituale nicht in diesem kleinen Volk, waren aber aufmerksame Beobachter. Und so fragte einer dieser Besucher einen der *Erzähl Indianer*, wer ist eigentlich dieser kleine, rothäutige, grau melierte und eigentlich so unscheinbar wirkende Mann in eurer Mitte, dem ihr so viel Hochachtung entgegen bringt?

Der *Erzähl Indianer* lachte laut! Und sprach: dieser „kleine Mann“! Das, das ist unser hoher Schamane, und dem gehört das Reich des *Zuhör Wigwams*. Und sein Name ist - Großer Weiser Wolf.

### Thematischer Kontext:

- Persönliche Entwicklung und Reflexion
- Motivation und positives Denken
- Perspektivenwechsel
- Wahrnehmung und Akzeptanz
- Kommunikation und Gesprächsführung
- Selbstachtung
- Feedback im Coaching

### Unterstützung, Begleitung, Verstärkung:

Zitat: „In der Ruhe liegt die Kraft“. Aktives Zuhören, gewaltfreie Kommunikation.



**Fragen zur Reflexion und Auswertung:**

- Was gibst du mit deiner Ruhe anderen Menschen?
- Konzentration auf das Wesentliche
- Wenn Schnelligkeit uns Menschen überholt wirkt „Stille“
- Kommunikation ist mehr als „viele Worte“
- Gewaltfreie Kommunikation und Akzeptanz

**Einsatz:**

Die Geschichte transportiert auf einfache Art und Weise die Wirkung („den Zauber“) des aktiven Zuhörens und die positive Wirkung darauf. Gleichzeitig unterstützt es all die „stillen“ Kommunikatoren, die mit ihrer unauffälligen und ruhigen Art Menschen „bewegen“.

Einfühlungsvermögen, Empathie, Pacing & Rapport.

**Quelle/Referenz:**

Manfred A. Prager. Geschrieben für einen Teilnehmer einer Coaching-Ausbildung (Metaphorisches Feedback) bei einer Coaching-Zertifizierung im Jahr 2008.

**Über den Autor**

Manfred A. Prager ist ausgebildeter Trainer für Personalentwicklung (Zertifikat TÜV Süd), zertifizierter Business Coach (dvct), systemischer Business Coach (V.I.E.L Coaching + Training) und Mitglied im deutschen Verband für Coaching und Training (dvct e.V.), sowie zertifizierter Hochseilgartentrainer (ERCA) und NLP Practitioner. Er ist Inhaber von compass-business coaching, Bielefeld. Als freier Mitarbeiter von V.I.E.L betreut er unter anderem als Co-Moderator das V.I.E.L Netzwerk auf XING.



## Und zu guter Letzt hier noch ein Beitrag zum Thema „Feedback zum Feedback zum Feedback“...



V.I.E.L Coaching Letter © 2011

Herausgeber:

V.I.E.L<sup>®</sup> Coaching + Training  
Ehrlich, Fiolka, Hartung, Rückerl GbR

Redaktion: Ulrich Tormin (V.i.S.d.P.)

Kommerzielle Nutzung, Vervielfältigung oder Abdruck - auch teilweise - nur mit vorheriger schriftlicher Genehmigung

