

**C. Besser-Siegmund/H. Siegmund:  
Coach Yourself  
und  
R. Czichos: Coaching**

In dieser BuchTrends-Ausgabe wollen Ihnen die BuchTrends-Rezensenten Rita Apfeld und Horst Heger zwei Bücher ausführlicher vorstellen, die sich mit dem Thema "Coaching" beschäftigen. Interessant dabei ist, daß in beiden Werken das Neurolinguistische Programmieren einen großen Stellenwert einnimmt. Haben Coaches und Autoren, die Bücher über diesen "Mega-in-Begriff" schreiben, in NLP eine Technik gefunden, um den schwammigen Begriff "Coaching" inhaltlich zu füllen?

**C. Besser-Siegmund/  
H. Siegmund:  
Coach Yourself**

Die Hamburger Autoren Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund bringen einen neuen Begriff ins Spiel. Doch hinter dem "Luna-Learning" verbergen sich Techniken, die üblicherweise unter dem Stichwort "Neurolinguistisches Programmieren" firmieren.

Coaching ist "in". Offenbar hat inzwischen jeder, der etwas auf sich hält, seinen Coach. Nicht nur diejenigen, von denen man es allgemein schon weiß, wie vom Tennis-Heroen Boris Becker oder den hochbezahlten Kickern in der Fußball-Bundesliga, sondern auch viele der Asse der nicht minder lukrativen Wirtschaftsliga haben einen Coach unter Vertrag. Die sind es, die den Tennis-Star auf den alles entscheidenden Netzangriff oder den Torhüter auf die Elfmeter-Situation mental einstellen,

den Skispringer für den Absprung vom Schanzentisch fit machen und den Formel-1-Piloten so programmieren, daß er sich schon vor dem Start als erster über die Ziellinie rasen sieht.

Die sind es auch, die dem Mann oder der Frau an der Spitze des Unternehmens die rechte Einstellung zur Spitzenleistung, bei Personalgesprächen, wichtigen Konferenzen und Entscheidungen nahebringen sollen. Wie man hört, mit wachsendem Erfolg.

Und so wächst auch die Schar der Coaches, und Coaching wird zum Thema für die Management-Literatur. Nachdem Marie-Louise Neubauer in ihrem Buch "Management-Coaching" (vergleiche dazu die BuchTrends-Rezension in BT 8/90) einen ersten Überblick über die Grundlagen des Coaching und die Arbeitsweisen der ersten namhaften Coaches gegeben hat, werden wohl noch eine Reihe dieser Therapeuten zur Feder greifen oder den Personal Computer bemühen, um, mit dem angenehmen Nebeneffekt der Eigenwerbung, dem geplagten Mana-

ger ihre Sicht der Dinge nahezubringen.

**Coach Yourself**

Die Hamburger Psychologen Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund gehen einen anderen Weg: Coach Yourself! Selbst ist der Coach, möchte man meinen. Aber, Coaching im Eigenbauverfahren, mit Anleitungen aus einem Buch, sozusagen als Ferntherapie? Nein, das soll das Buch der Hamburger Psychologen und Seminaranbieter nicht sein. Vielmehr verstehen die Autoren ihr Buch wohl als Ratgeber, der vermittelt, wie man mit der Anwendung einer an sich schon lange bekannten Methode sich den persönlichen Coach und damit wohl auch fette Honorarzahungen sparen kann.

**Luna-Learning**

NLP - NeuroLinguistische Programmierung ist der Kern der Angelegenheit, von den Hamburgern in Luna-Learning umbenannt.

Umbenennung - eine mittlerweile weitverbreitete Methode derjenigen, die auf der Suche nach neuen Inhalten sind. Da wird ein altbekannter Sachverhalt, ein seit Urzeiten bekanntes Faktum dahergewonnen und mit einem neuen Namen belegt, der Innovation und Kreativität suggerieren soll. Alter Wein in neuen Schläuchen. Kennzeichen eines Buchmarktes, der auf der verzweifelten Suche nach neuen Inhalten das Bekannte neu-modisch "aufmotzt" und "aufstylt" und unter neuem Namen als den Stein der Weisen verkauft?

VBU BuchTrends

3

inhalt, Editorial, Telegramme

DIE AUSFÜHRLICHE BESPRECHUNG

Sicher ist, daß so Trends "gemacht" und künstlich erzeugt werden.

Ganz so wie oben dargestellt ist es in dem vorliegenden Buch nicht. Denn es bietet einige neue Ansätze.

An dieser Stelle ist es sicherlich nicht angebracht, die Grundlagen der NLP darzustellen, das tun die Autoren in ihrem Buch sehr eingehend und gut verständlich. Vielmehr möchte ich hervorheben, daß die Umsetzung von NLP auf die Erfordernisse der Unternehmensführer sehr glücklich erscheint.

In vier Schritten wird dem Leser mittels Informationen und sich daran anschließender Übungen nahegebracht, daß es erlernt werden kann, Erfolg zu haben, wie man die Kraft des Unterbewußtseins nutzen kann, um sich selbst zu coachen und wie man in der Interaktion seinen Nutzen daraus zieht.

Die Informationen sind klar und frei von übertriebenem Fach-Chinesisch, die zugehörigen Übungen lassen sich gut nachvollziehen und schon bald kann der Anwender mit nur sehr kurzer Zeit auskommen und einzelne Übungen schwerpunktmäßig in seinen persönlichen Übungsplan einbauen.

Hier eine kleine Auswahl der angesprochenen Themen und Übungen:

- Kurzentspannung - Sinneskanäle als Kraftquelle
- Gehirngerechte Formulierung eines persönlichen Zieles
- Moment of Excellence
- Die kreative Kraft des Unbewußten nutzen
- Meine unverwechselbare Identität

- Get together
- Mastermodellierung
- Nonverbale Kommunikation

In einem abschließenden Kapitel stellen die Autoren Erfahrungsberichte von Seminarteilnehmern vor und stellen Überlegungen an, die aus dem Seminar, das der Leser in Buchform vorliegen hat, abgeleitet werden können.

Klar und übersichtlich das Glossar, das die häufig benutzten Begriffe in Zusammenhang mit dem Coach-Yourself-Konzept erklärt.

**Fazit**

Das Fazit nach der Lektüre: Man sollte es mit diesem Ratgeber versuchen. Nach der Pflicht-Lektüre dieses Buches wird man noch oft danach greifen, und wenigstens einige der Übungen werden ihre Wirkung auf Sie nicht verfehlen. Vielleicht aber sollte man sich doch einmal in Hamburg zu einem Seminar zum Luna-Learning anmelden? (Rita Apfeld)

Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund: Coach Yourself  
ECON-Verlag, Düsseldorf, Wien, New York 1991  
224 Seiten, 49,80 DM  
ISBN 3-430-11361-X

**R. Czichos: Coaching  
= Leistung durch  
Führung**

Zu dem umfangreichen Buch des Management-Trainers und Mitbegründers des Münchner Trainer Teams, Dr. Reiner Czichos, greift man mit großer Erwartungshaltung: Wird hier, auf immerhin 345 Seiten, der Trendbegriff "Coaching" mit Substanz gefüllt? Wird hier ein Schlagwort, das bisher jedermann mit seinen spezifischen Inhalten anreicht, endlich eingegrenzt und klarer, als bisher üblich, definiert?

In der Rezension des Buches "Coach Yourself" wurde es bereits angedeutet: "Coaching" ist ein Begriff, der aus dem Bereich des Sport stammt und dort bedeutet, daß man einen Sportler oder eine Sportlerin durch bestimmte Techniken zu höheren Leistungen befähigt. Dabei sind diese Psycho-Techniken mentaler Natur; um einen Tennis-Star unserer Zeit zu zitieren, sollen diese Techniken wohl dazu dienen, "mental gut drauf" zu sein.

**Coachen und Führen**

Also: Coaching spielt sich zwischen zwei oder mehreren Personen ab: dem Coach und seinem Schützling. Reiner Czichos wendet diese "Strategie" auf die Führungsebene des Management an: Coaching heißt, dem Mitarbeiter zu helfen, zu besseren Leistungen in Beruf fähig zu sein. Coaching