

# **Coaching/Systemische Beratung - Umgang mit Frust, Ärger & Kritik**

**Beitrag von „Stephan Grimm“ vom 23. April 2021 13:04**

Liebe Referendar:innen, liebe Lehrkräfte,

ich befinde mich gerade in den letzten Zügen meiner zweijährigen Coachingausbildung am Stif Stuttgart ([stif-stuttgart.de](http://stif-stuttgart.de)). Nun heisst es, das Gelernte in der Praxis zum Leben zu erwecken oder in anderen Worten: üben, üben, üben...

Was ich bis vor einem Jahr nicht für möglich gehalten hätte - Coaching/Systemische Beratung geht gut und wirkungsvoll auch auf Distanz via Zoom. **So biete ich über diesen Weg kostenlos Coaching/Systemische Beratung an.**

## **Warum kostenlos?**

Ich habe einen Job, von dem ich gut leben kann, habe keinen Nerv, mich mit dem Finanzamt zu stressen und sehe es als Win-Win: Ich darf weiter Erfahrungen in diesem Bereich sammeln (wie auch von meinem Ausbildungscurriculum vorgegeben) und mein Wissen weitergeben und Menschen erhalten kostenfrei Begleitung bei Fragen/Herausforderungen, mit denen sie sich momentan konfrontiert sehen.

## **Was verstehe ich unter Coaching?**

Meine Aufgabe als Coach besteht darin, mit unterschiedlichen Methoden neue Perspektiven verfügbar zu machen und so Veränderungsprozesse anzuregen, die der/dem Coachee neue Handlungsweisen ermöglichen. Als Coach bin ich Beobachter und nur in Bezug auf den Beratungsprozess Experte. Der Systemische Beratungsprozess nutzt und stärkt die Ressourcen des Klienten(-systems) und ist konstruktiv und lösungsorientiert.

Meine Haltung: Ich bin überzeugt, dass wir alle notwendigen Fähigkeiten in uns tragen, um unsere Herausforderungen erfolgreich zu meistern. Doch es gibt Situationen, in denen wir unsicher über eine zu treffende Entscheidung sind, in denen unser Blick verengt ist, in denen wir nur das vermeintliche Problem sehen und es uns nicht gelingen mag, unsere Fähigkeiten zu nutzen und die nächsten hilfreichen Schritte zu gehen. Auf Basis von gegenseitigem Respekt, Schutz und Verbindlichkeit unterstütze ich dabei, neue Perspektiven wie auch eigene Lösungsansätze zu entwickeln. Einfühlungsvermögen, Interesse, Offenheit, gepaart mit Leichtigkeit und Humor sind neben meiner Erfahrung, die Grundlagen meiner Arbeit.

Selbstverständlich sind die Inhalte des Coachings absolut vertraulich. Auf Wunsch kann das Coaching auch komplett anonym stattfinden.

## **Für welche Anliegen eignet sich Coaching?**

z.B.:

- Klärung der eigenen (beruflichen) Rolle- Bearbeitung von momentanen Herausforderungen z.B. durch Corona
- Orientierung bzgl. der beruflichen Aufgaben
- Finden und Umsetzen von reflektierten Zielsetzungen
- Umgang mit Konflikten z.B. mit SuS, Eltern, Kolleg:innen, Bekannten etc.
- Suche nach Lösungen und Handlungsalternativen für komplexe und schwierige Situationen.
- Erweiterung der eigenen Wahrnehmung und Handlungsoptionen

## **Wie komme ich ausgerechnet auf dieses Forum?**

Ich war selbst einige Jahre im Schuldienst tätig. In NRW habe ich mein zweijähriges Referendariat an einem Berufskolleg gemacht und im Anschluß noch ein Jahr an einer Hauptschule sowie ein weiteres Jahr an einer Gesamtschule als Lehrer gearbeitet. D.h. ich durfte das System, in dem sich die meisten von euch vermutlich bewegen erleben, kenne die Herausforderungen als Referendar wie auch als Lehrkraft und kann dadurch meine Erfahrungen zieldienlich mit in die Beratung/das Coaching einbringen.

## **Warum bin ich nicht mehr im Schuldienst?**

Freiheit ist für mich ein hohes Gut und es grauste mir vor der mir drohenden Verbeamtung - klingt komisch, ich weiß, ist aber so 😊 So zog es mich zurück in die freie Wirtschaft. Doch es gibt immer wieder Momente, in denen ich mich zumindest für ein-zwei Tage die Woche zurück in die Schule wünsche 😊

## **Was mache ich jetzt beruflich?**

Berufsbegleitend habe ich mich weitergebildet u.A. zum Systemischen Berater, Trainer, Moderator. Nun arbeite ich seit 8 Jahren in der Personalentwicklung, seit fünf Jahren in einem großen Unternehmen. Dort begleite ich angehende Mitarbeitende und Führungskräfte auf dem Weg in ihre neue Rolle, gebe Trainings zu Themen rund um Kommunikation, Gruppenprozesse, Konflikte, Einsatz von digitalen Tools, entwickle Workshops & Learning Journeys, moderiere Meetings UND coache da auch schon seit einigen Jahren Mitarbeitende. So konnte ich bereits einiges an Erfahrung sammeln. Doch nun ist es an der Zeit, meine Erfahrungen auch außerhalb

des Unternehmensumfelds zu vertiefen.

### **Wer ist der Mensch hinter dieser Anzeige?**

Ich bin bald 40 Jahre alt, lebe mit meiner Partnerin in einem wunderschönen Pfarrhaus auf dem platten Land in der Nähe von Schwäbisch Hall, gehe gerne Surfen, Laufen, Kiten und entspanne am Klavier. Ferien habe ich keine mehr, aber ab und an Urlaub, den ich gerne aktiv in der Natur verbringe.

Bei Interesse/weiteren Fragen, freue ich mich über eine Kontaktaufnahme.

Beste Grüße  
Stephan Grimm

---

### **Beitrag von „kodi“ vom 24. April 2021 22:43**

Ich lese solche Angebote in letzter Zeit vermehrt an verschiedenen Stellen.

Ist das Zufall oder müsst ihr bei der Ausbildung zum Coach eine bestimmte Anzahl an Praxisstunden/Beratungen absolvieren?

Ich finde es übrigens sehr gut, dass du das Ganze (und auch dich) so ausführlich vorstellst.



### **Beitrag von „Conni“ vom 24. April 2021 22:51**

#### Zitat von kodi

Ist das Zufall oder müsst ihr bei der Ausbildung zum Coach eine bestimmte Anzahl an Praxisstunden/Beratungen absolvieren?

In seriösen Ausbildungen hoffentlich.

---

## **Beitrag von „chilipaprika“ vom 25. April 2021 08:24**

Ja, man muss eine bestimmte Anzahl an Stunden nachweisen, wenn die Ausbildung seriös ist (durch einen der zwei Fachverbände anerkannt, oder zumindest sehr ähnlich veranlagt). Oft geht es im eigenen beruflichen Umfeld, aber 1) nicht immer, 2) andere ‚Fallsorten‘ sind auch nett.

---

## **Beitrag von „Fallen Angel“ vom 25. April 2021 09:08**

### Zitat von Stephan Grimm

Freiheit ist für mich ein hohes Gut und es grauste mir vor der mir drohenden Verbeamtung

OT: Ich dachte bis jetzt immer, dass man sich nicht verbeamten lassen muss. Man kann doch auch freiwillig als angestellter Lehrer arbeiten (mit all den Vor- und Nachteilen, die dazu gehören), oder etwas nicht?

---

## **Beitrag von „s3g4“ vom 25. April 2021 16:36**

### Zitat von Fallen Angel

OT: Ich dachte bis jetzt immer, dass man sich nicht verbeamten lassen muss. Man kann doch auch freiwillig als angestellter Lehrer arbeiten (mit all den Vor- und Nachteilen, die dazu gehören), oder etwas nicht?

Klar kann man das.

Bei mir geht beim TE der scam-alert an. Kann mich irren, aber ich habe leider öfter mit scammern zu tun.

---

## **Beitrag von „Catania“ vom 25. April 2021 17:25**

## Zitat

Bei mir geht beim TE der scam-alert an. Kann mich irren, aber ich habe leider öfter mit scammern zu tun.

Warum braucht es heute für alles "neu-deutsche" Begriffe? Ich musste erst mal nachschlagen, was das nun wieder ist, hatte ich noch nie gehört.

Ich kann nicht sagen, um was es sich hier handelt. Solche Hilfsangebote kenne ich z.B. vom schulpsychologischen Dienst, habe ich dort als Eltern sowie als Lehrkraft schon einmal in Anspruch genommen. Geholfen hat es in beiden Fällen nicht sonderlich, aber davon mal abgesehen.

Ich finde es ehrlich gesagt merkwürdig und auch wenig glaubhaft, dass diese Leistung hier kostenlos angeboten wird (die Begründung überzeugt mich nicht). Auch beratende Berufe wollen bezahlt werden, auch Beratung ist ARBEIT.

---

## **Beitrag von „chilipaprika“ vom 25. April 2021 17:35**

Ja, es ist Arbeit, aber du BRAUCHST die Stunden.

Es ist im Beratungsumfeld wirklich sehr sehr üblich. Warum sollte jemand für den Azubi bezahlen? Oft wird die erste Stunde frei und bei weiteren Beratungen ein günstigerer Satz angeboten (bei Systemie kann auch 1 Stunde reichen, es ist generell eher ein kurzweiliges Angebot.). Die hier angeführte Begründung ist ein bisschen romantisiert und sicher eine Selbtlüge, ist aber vermutlich eher notgedrungen, weil es wirklich üblich. Eine Investition in die Zukunft.

---

## **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 25. April 2021 20:17**

Man braucht halt dringend die Stunden. Ich kenne Leute, die sich die Hacken wund gelaufen sind und die Ausbildung nicht beenden konnten, weil sich niemand von einer Unbekannten und "Unfertigen" beraten lassen wollte.

Eher wundert mich, dass sich der TE nicht mehr meldet.

---

## **Beitrag von „Catania“ vom 25. April 2021 20:39**

Hört sich für mich anders an:

Zitat

### **Warum kostenlos?**

Ich habe einen Job, von dem ich gut leben kann, habe keinen Nerv, mich mit dem Finanzamt zu stressen und sehe es als Win-Win: Ich darf weiter Erfahrungen in diesem Bereich sammeln

---

Ich bin für klare Worte. Wenn man das kostenlos anbietet weil das im Rahmen von Ausbildungsstunden notwendig ist bzw. auch gar nicht anders geht, sollte man das auch so sagen und nicht eine Mischung aus Wohltätigkeit und Behördenfrust vorgeben.

---

## **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 25. April 2021 20:48**

Und weiter...

[Zitat von Stephan Grimm](#)

(wie auch von meinem Ausbildungscurriculum vorgegeben)

Aber stimmt schon, weniger sülzen wäre auch okay gewesen.

[s3g4](#) , meine kriminelle Energie reicht nicht so weit, wie könnte man jemanden auf diese Weise abzocken?

---

---

## **Beitrag von „Stephan Grimm“ vom 25. April 2021 22:09**

[Zitat von kodi](#)

Ich lese solche Angebote in letzter Zeit vermehrt an verschiedenen Stellen.

Ist das Zufall oder müsst ihr bei der Ausbildung zum Coach eine bestimmte Anzahl an Praxisstunden/Beratungen absolvieren?

Ich finde es übrigens sehr gut, dass du das Ganze (und auch dich) so ausführlich vorstellst.



Hello Kodi,

Coaching ist leider kein geschützter Begriff- d.h. je nach Anbietendem gibt es unterschiedliche Vorgaben und damit ist die Qualität auch äußerst divers. Mir war es wichtig, dass meine Ausbildung von einem der großen Verbände anerkannt ist und habe mich so für eine Ausbildung nach den Statuten der systemische-gesellschaft.de entschieden. Dort ist es so, dass 20h Praxisstunden absolviert werden müssen. 20 Stunden können natürlich nur ein Anfang sein, meiner Meinung nach Erfahrung nur durch viel Üben gelingen kann - ich habe das Glück, dass in meinem Job Coaching ein Teil des Methodenkoffers ist und ich so schon deutlich mehr Stunden machen konnte.

Beste Grüße

Stephan

---

### **Beitrag von „Stephan Grimm“ vom 25. April 2021 22:12**

#### Zitat von Fallen Angel

OT: Ich dachte bis jetzt immer, dass man sich nicht verbeamtet lassen muss. Man kann doch auch freiwillig als angestellter Lehrer arbeiten (mit all den Vor- und Nachteilen, die dazu gehören), oder etwas nicht?

Hello Fallen Angel,

sicher gibt es da Wege 😊 So war ich auch zwei Jahre "nur" angestellt. Doch auch darüberhinaus tat ich mich mit manchen Vorgaben der Lehrpläne schwer, so war der Weg aus dem Schuldienst für mich auch rückwirkend stimmig.

LG

Stephan

---

### **Beitrag von „Stephan Grimm“ vom 25. April 2021 22:13**

### Zitat von s3g4

Klar kann man das.

Bei mir geht beim TE der scam-alert an. Kann mich irren, aber ich habe leider öfter mit scammern zu tun.

---

Hello s3g4,

was ist ein/der TE?

Danke fürs Erläutern.

Gruß

Stephan

---

### **Beitrag von „Stephan Grimm“ vom 25. April 2021 22:22**

Ganz allgemein - danke für eure kritischen Rückmeldungen. Ja, etwas "kostenlos" anzubieten stimmt allgemein schnell und absolut berechtigt dazu mit einer ordentlichen Portion Misstrauen an die Sache ranzugehen. Meine Hoffnung war, dem durch Transparenz über mich als Person und meine Intention zu begegnen.

Ich kann nur erneut betonen - ich sehe es als ein Angebot von dem beide Seiten profitieren können. Ich darf weitere Praxis sammeln und bringe im Gegenzug meine Erfahrung wie auch fachliche Expertise mit ein. So freue ich mich weiterhin über PNs und wünsche euch einen guten Start in die neue Woche.

Beste Grüße

Stephan

---

### **Beitrag von „s3g4“ vom 26. April 2021 10:03**

### Zitat von Stephan Grimm

Hallo s3g4,

was ist ein/der TE?

Danke fürs Erläutern.

Gruß

Stephan

---

In dem Fall bist du das. Das ist der **ThreadErsteller**. Ich möchte dir nichts unterstellen, aber es sieht halt etwas merkwürdig aus.

---

### **Beitrag von „Stephan Grimm“ vom 26. April 2021 14:26**

Hallo s3g4,

besten Dank für die Erklärung! Ich kann verstehen, dass es dich misstrauisch stimmt, im Besonderen, wenn du bereits negative Erfahrungen dahingehend machen musstest.

Viele Grüße

Stephan