

Motiviert durchs Problemlösen

Wenn der Erfolg im Job ausbleibt oder es Konflikte mit Kollegen gibt, lässt die Motivation nach. Dann können Coaches helfen. Ihren Joballtag zeigt der Beruf der Woche.

VON Markus Schleufe | 31. Dezember 2013 - 15:44 Uhr

© silwan / photocase.com

junger Mann

Es gibt Phasen im Berufsleben, da fühlt sich jeder Arbeitstag an wie ein Montagmorgen. Für kurze Zeit sind Schwerfälligkeit und Unlust normal. Wenn aber die Motivationskurve gar nicht mehr ansteigen will, wenn der fehlende Antrieb zum Problem für den Chef und die Kollegen wird, muss Hilfe her.

Wer nicht gleich zum Therapeuten gehen möchte, findet Unterstützung bei Motivationscoaches wie Thomas Schmidt. "Mir geht es nicht darum, eine Du-kannst-das-Stimmung zu verbreiten", sagt der Coach. Vielmehr versuche er, den Grund für die fehlende Motivation zu finden. Im Gespräch mit dem Klienten versucht er herauszufinden, warum der Mitarbeiter unzufrieden ist. In der Regel rührt die Antriebslosigkeit von verborgenen Konflikten oder unterdrückten Gefühlen her.

"Warum ist ein Erfolg ausgeliebt? Wieso ist der Umgang mit den Kollegen schwierig? Wieso meint der Klient, seine Meinung sei nicht gefragt – die Gründe sind sehr vielfältig", sagt Schmidt.

In vielen Fällen liegt die Ursache auch in der Beziehung zum Vorgesetzten. "Viele Führungskräfte sind nicht ausgebildet darin, Konfliktsituationen zu erkennen und zu lösen. Wenn es dann auch noch ein Kommunikationsproblem gibt, verstärken sich Differenzen – das geht zu Lasten der Motivation", sagt er. Viele Chefs zeigten auch kaum Perspektiven auf. Oft fehle den Mitarbeitern die Möglichkeit zur Mitsprache oder sie fühlen sich missverstanden oder gar nicht erst gehört. "Mangelnde Kommunikation ist eine der Hauptursachen für fehlende Motivation." Ist die Ursache erst gefunden, sucht der Coach zusammen mit dem Klienten Lösungsansätze. Wie lässt sich mit dem Konflikt umgehen? Lässt er sich ansprechen und lösen? Welche Alternativen gibt es?

"Ich bin eher Problemlösungssucher als Motivator. Die Motivation kommt mit der Behebung eines Problems. Viele Lösungsansätze basieren auf dem gesunden Menschenverstand, manche Konflikte sind aber für Außenstehende besser ersichtlich", sagt Schmidt.

Hauptberuflicher Problemlöser

Ausstrahlung, Empathie, Geduld, Einfühlungsvermögen, Kommunikationsvermögen, eine gute Beobachtungsgabe und Menschenkenntnis sind gute Grundvoraussetzungen für die Arbeit als Coach. "Ich muss zwischen den Zeilen lesen können und bei dem, was ich erfahre, herausfinden, was die Probleme des Gegenübers sind." Dabei analysiert er auch die nonverbale Kommunikation seiner Klienten. Wann fühlt sich das Gegenüber unwohl? Wie sind Gestiken und Mimik zu deuten? Wie ist die Körperhaltung?

BERUF DER WOCHE

Schon mal einen Kampfmittelräumer oder einen Bird Controller bei der Arbeit erlebt?

Jede Woche stellt unser Autor [Markus Schleufe](#) einen ungewöhnlichen Job in unserer Serie "Beruf der Woche" vor.

ALS E-BOOK KAUFEN



Die besten Folgen können Sie auch als E-Book kaufen: www.zeit.de/ebooks.

Ein einheitliches Berufsbild gibt es noch nicht. Nicht wenige haben Psychologie und Kommunikationswissenschaften studiert, andere kommen aus der Pädagogik. Seriöse Coaches können mehrere Fort- und Weiterbildungen im Bereich Coaching nachweisen. Noch fehlt der Branche aber ein einheitlicher Ausbildungsstandard. Viele Coaches haben eine Ausbildung im Neuro-Linguistischen Programmieren (NLP). Die Inhalte der Ausbildung variieren stark und sind abhängig vom Schwerpunkt.

Wichtig für die Arbeit als Coach sind Grundlagen der Kommunikation, Teamentwicklung und Gesprächsführung. Auch psychologische Kenntnisse sind erforderlich. Denn Coaches sind keine Therapeuten und müssen erkennen, wo ihre Grenzen sind und ab wann ein Klient ärztliche Hilfe benötigt.

Die meisten Coaches arbeiten als Selbstständige. Ihre Kunden sind Privatpersonen oder Unternehmen, die sie als externe Berater buchen. Manche Firmen verstehen diese Arbeit allerdings falsch, sagt Schmidt. Hin und wieder komme es vor, dass ein Unternehmen seine Dienstleistungen bucht, damit schon ohnehin stark belastete Mitarbeiter bis über die Grenze

ihrer Leistungsfähigkeit gehen. Solche Aufträge lehne er ab. "Die wollen nur noch mehr aus den Angestellten herausholen. Da geht nicht um das Wohlergehen der Mitarbeiter, sondern nur um die Leistungssteigerung", sagt Schmidt. Dies sei allerdings der einzige negative Aspekt, den er an seiner Arbeit bisher hat feststellen können.

Vielmehr schätzt der Coach die Arbeit mit vielen unterschiedlichen Menschen und die Dankbarkeit, die er im Gegenzug bekommt. "Ich erhalte oft positives Feedback für meine Arbeit. Das motiviert mich dann wiederum."

- * Verdienst: auftragsabhängig;
- * Ausbildung: Ausbildung zum Coach
- * Arbeitszeit: variiert;

COPYRIGHT: ZEIT ONLINE

ADRESSE: <http://www.zeit.de/karriere/beruf/2013-12/beruf-motivationscoach>