

# COACHING-TIPP

## Rudolf E. Fitz

Geschäftsführer  
Coach Akademie Schweiz  
Rebstein  
Tel. 071 770 02 62  
www.coachakademie.ch



FOTO: ZVG

## Vom Umgang mit Problemen, Teil 1

→ Heute wenden wir uns dem grossen Feld all dessen zu, was uns Schwierigkeiten macht, Ängste weckt oder Hürden aufbaut. Im systemischen Coaching stellen «Probleme» die Rückseite von Zielen dar. Hinter jedem Ziel steckt etwas, was uns hindert, blockiert und fordert. Ohne Probleme gäbe es keine Ziele, wozu

auch? Wir brauchen die Probleme, sie sind der Stoff, aus dem Entwicklungen wachsen. Niemand spricht gerne über seine Probleme, sie sind «out». Was heute zählt, sind Visionen, Erfolg und Pläne. Hingegen sind uns die Probleme, die die anderen haben, wohlbekannt und wir wissen für die Probleme der anderen die genaue Lösung.

So lade ich Sie heute ein, das, was Sie zur Zeit als Ihr grösstes Problem bezeichnen, in einen Satz zu packen, der mit: «Ich bin/habe ...» oder «Ich kann nicht ...» oder «Ich sollte/müsste ...» beginnt. Dieser Satz zeigt auf ein Verhalten oder eine fehlende Fähigkeit, die das Problem erzeugt.

Wir wollen nun etwas entdecken, was vielleicht eine neue und interessante Sicht auf dieses Problem bringt. Beantworten Sie nun folgende Frage: Wenn dieses Problem gleichzeitig die Lösung für etwas anderes wäre, welches andere ist es, was genau löst Ihr Problem? Welchen Vorteil hat dieses Problem, was bringt es, dieses Problem zu haben?

Denken Sie über diese Frage immer wieder mal nach und finden Sie drei Vorteile, die dieses Problem hat. Wenn Sie Schwierigkeiten haben, den Nutzen zu finden, schreiben Sie mir (natürlich vertraulich): [rudolf.fitz@coachakademie.ch](mailto:rudolf.fitz@coachakademie.ch). Sie lesen von mir!