Mein inneres Feuer

So ein Zufall! Just an dem Tag, als wir Redakteure in der turnusmäßigen »Gehirn&Geist«-Konferenz beschlossen, Coaching zum Titelthema dieser Ausgabe zu machen, erhielt ich eine E-Mail der Personalabteilung. Darin wurde mir wie allen Kollegen ein Training mit dem Titel »Belastbarkeit stärken« offeriert. Klar, dachte ich, belastbarer sein, Stress abbauen, gelassener bleiben – das kann nicht schaden! Ein Blick auf die Homepage des Seminaranbieters zeigte mir dann, dass es sich um einen ehemaligen Pastor handelte, der als Referent und »christlicher Coach« anderen Menschen zu »einer entscheidenden Wendung in ihrem Leben« verhalf. Gemäß seinem Slogan: »Finde dein inneres Feuer!« Ob das für einen areligiösen Skeptiker wie mich das Richtige ist?



Steve Ayan
Redakteur
ayan@spektrum.de

Wie die Psychologen und Coaching-Forscher Eva Jonas und Siegfried Greif im Interview ab S. 19 betonen, spielt die persönliche Passung für den Erfolg eines Coachings oft die entscheidende Rolle. Natürlich sollte der Ratgeber wissenschaftlich fundiert vorgehen (woran es leider oft hapert) und weniger dozieren als Hilfe zur Selbsthilfe leisten. Doch genau das klappt meist nur, wenn die individuellen Wünsche, Vorstellungen und Eigenarten des Klienten zum Profil des Coaches passen.

Unsere Autorin Corinna Hartmann präsentiert in ihrem einleitenden Beitrag daher eine kleine Systematik der Coaching-Methoden und -Anwendungsfelder (ab S. 12). Ihr Überblick erhebt zwar keinen Anspruch auf Vollständigkeit, kann Ihnen, liebe Leserin oder lieber Leser, jedoch als Orientierung dienen, um den für Sie selbst passenden Coach zu finden. Am Ende hilft allerdings nur ausprobieren und dabei – ganz wichtig! – keine großen Wunder erwarten. In diesem Sinn: Meine Verabredung mit dem »inneren Feuer« steht im Kalender.

Eine gute Lektüre wünscht Ihr



IN DIESER AUSGABE



Der renommierte Neurowissenschaftler **Christof Koch** erläutert ab S. 44, wie Forscher per Hirnstimulation die Natur des Bewusstseins entschlüsseln.



Wie uns Reue dabei hilft, in Zukunft bessere Entscheidungen zu fällen, weiß der Psychologe **Kai Epstude** (S. 22).



Brauchen wir einen TÜV für Algorithmen? **Katharina Zweig**, Informatikerin an der TU Kaiserslautern, erklärt, was alles schiefgehen kann, wenn Computer über Menschen bestimmen (S. 60).

FELIX SCHMITT, WWW.FELIXSCHMITT.COM