

Bilder malen – wenn dem Coachee die Worte fehlen

Von Maren Schleiff am 28. August 2015

Sabine Mertens – Wie Zeichnen im Coaching neue Perspektiven eröffnet

Ehrlich gesagt gehöre ich genau zu den Menschen, die ganz schnell die Ausrede bringen „Ich kann doch nicht malen!“, wenn es um das Zeichnen von Bildern geht. Und dann auch noch im Coaching eigene Gefühle malen – das ähnelt dem Spruch „Jetzt tanzen wir mal unseren Namen“. Doch als ich es dann vor einigen Jahren mit viel innerer Überwindung in meiner eigenen Coaching Ausbildung versuchte, eröffnete sich mir eine komplett neue Erkenntniswelt. Genau diese vermittelt Sabine Mertens den Lesern ihres Buches auf eine sehr professionelle und einfühlsame Weise.

Beim ersten Überfliegen des Buches und beim Betrachten der vielen eingefügten Bildbeispiele aus realen Coaching Situationen wird schnell deutlich, dass die Autorin über eine umfangreiche Praxiserfahrung verfügt und den Leser intensiv daran teilhaben lässt.

Als Coach aus der Praxis stelle ich mir natürlich als erstes die Frage „Welche Bildaufgaben eignen sich zum Anfangen?“. Gleich im ersten Kapitel gibt es viele Antworten dazu. Ist diese Hürde genommen und ein Bild entstanden, werden umfangreiche Möglichkeiten für die weitere Vorgehensweise beschrieben, z.B. Bild- und Zeichendeutung, Gegenpole sichtbar machen, die lineare, zirkuläre oder umgedrehte Betrachtungsweise, widerstreitende Gefühle und Entscheidungskonflikte oder die „Rolle rückwärts“. Immer wieder verknüpft Sabine Mertens die Beschreibung ihrer methodischen Vorgehensweisen mit vertiefenden Zusammenhängen aus ihrer kunst- und psychotherapeutischen Arbeit, lässt z.B. den Objektbegriff aus der Psychoanalyse oder die Konsistenztheorie mit einfließen. Dieser Schreibstil lässt einen anspruchsvollen wissenschaftlichen Anspruch vermuten und braucht einen geübten Leser. Für den in Therapiethemen fachlich nicht so bewanderten Leser sind die vielen kleinen, durch optische Symbole hervorgehobenen Hinweise im Text sehr hilfreich. Es werden leicht formulierte Erklärungen gegeben die mit weiterführenden Literaturtipps versehen sind.

In der zweiten Hälfte des Buches beschreibt die Autorin sehr detailliert sechs Fallgeschichten aus ihrer Praxis. Diese sind angenehm leicht zu lesen und machen die vielen, im ersten Kapitel beschriebenen theoretischen Grundlagen, praktisch greifbar.

Die Kernbotschaft des Buches finde ich auf Seite 144: „Die im Coaching entstehenden Zeichnungen sind ... vor allem Ausdruck von Gefühlen, emotionaler Befindlichkeit und Lebenserfahrung. ... sie liefern uns meist zuverlässige Anhaltspunkte dafür, was einem guttut und was besser vermieden werden sollte.“ Visualisierung ist ein von seiner Bedeutung her stark wachsendes Thema. Die Verbindung von Kommunikation und Visualisierung gibt dem Coachee die Möglichkeit die zunehmende Komplexität des eigenen Lebens wieder überschaubar zu machen. Im Coaching mit Bildern nimmt der Coachee seine eigenen Gestaltungen als Anlass zum Erzählen und so kann sich der Coach behutsam den versteckten Gedächtnisinhalten nähern.

Die vielfältigen Ideen für den Einsatz von Bildarbeit im Coaching Prozess werden ergänzt durch die Aufstellung von Inszenario-Figuren in das Bild. Für den erfahrenen Coach birgt dieses Buch einen hohen Praxisbezug und Innovationsgrad für die eigene Arbeit.