

## GESCHLECHTERSENSIBILITÄT IM COACHING

# Frauen coacht man anders! Männer auch!

**Die moderne Psychotherapie will Männer und Frauen unterschiedlich behandelt wissen. Der Grund: Wissenschaftliche Studien haben geschlechtsspezifische Seelenleiden ausgemacht. Verändert diese Erkenntnis auch das Coaching? Braucht es mehr Geschlechtersensibilität in der Einzelberatung? Training aktuell hat erfahrene Männer- und Frauen-Coachs befragt.**

Foto: Constanze Wild



**Sabine Asgodom** ist der bekannteste deutsche weibliche Coach. Sie coacht Frauen wie Männer. Für ihre Geschlechtsgenossinnen setzt sie sich besonders ein. Kontakt: [www.asgodom.de](http://www.asgodom.de)



**Harald Berenfänger** versteht sich als „Coach für Männer – und die, die mit ihnen klarkommen müssen.“ Er bietet explizit „Männercoachings“ an. Kontakt: [www.berenfänger.com](http://www.berenfänger.com)

Foto: Constanze Wild



**Petra Bock** ist Expertin für (persönliche) Veränderungsprozesse. Über Fachkreise hinaus bekannt wurde sie durch ihr Buch „Mindfuck“. Sie coacht Frauen wie Männer. Kontakt: [www.petrabock.de](http://www.petrabock.de)



**Ulrich Dehner** ist Diplom-Psychologe. Nach langjähriger Arbeit als Psychotherapeut ist er heute spezialisiert auf das Coaching von Führungskräften – weiblichen wie männlichen. Kontakt: [www.konstanzerseminare.de](http://www.konstanzerseminare.de)



**Volker Hepp** hat Erfahrungen als Führungskraft und als Geschäftsführer. Er bietet explizit „Männercoaching“ und explizit „Frauencoaching“ an. Kontakt: [www.volkerhepp.com](http://www.volkerhepp.com)



**Monika Scheddin** coacht in der WOMAN's Business Akademie ausschließlich Frauen. Als „Monika Scheddin. Coach“ coacht sie nur männliche Kunden. Kontakt: [www.scheddin.com](http://www.scheddin.com)

## Spielt das Geschlecht des Klienten eine Rolle im Coaching-Prozess?

**Volker Hepp:** Ich gehe davon aus, dass die beiden Geschlechter meistens geschlechtsspezifisch sozialisiert werden, und da gibt es einfach Unterschiede. Aber manchmal sind auch die Unterschiede innerhalb eines Geschlechts größer als zwischen den Geschlechtern. Das hängt vom konkreten Fall ab.

**Harald Berenfänger:** Es spielt umso stärker eine Rolle, je mehr es um Fragen geht, die auf der Identitätsebene verhandelt werden, und wenn es um Themen geht, die damit zu tun haben, wie man als Mann bzw. wie man als Frau gemeinhin zu sein hat.

**Sabine Asgodom:** Ja, ich denke schon. Männer und Frauen gehen oft unterschiedlich an Veränderungen heran. Ich beobachte im Coaching, dass Frauen häufiger sich und ihre Ideen bestätigt sehen wollen, quasi eine „Erlaubnis“ für ihre Vorhaben bekommen möchten, sie wollen sich „richtig“ fühlen, wenn sie etwas verändern wollen. Männer hingegen möchten öfter konkrete Strategiehilfen. Sie erstellen im Coaching gern einen Plan mit klar formulierten Schritten, die sie dann auch konsequent umsetzen.

**Petra Bock:** Weil das Geschlecht zu den zentralen Sozialisationsfaktoren im Leben eines Menschen zählt, spielt es selbstverständlich auch im Coaching-Prozess eine Rolle. Egal ob man es als biologisch determiniert oder sozial konstruiert versteht – es ist im Leben von Menschen eine zentrale, lebensbestimmende Wirklichkeit.

**Ulrich Dehner:** In der Therapie, vor allem wenn es um Intimes, um Partnerschaftsprobleme oder gar um Missbrauch geht, leuchtet es ein, dass eine Trennung nach Geschlecht geboten

sein kann. Im Coaching scheint es mir jedoch eher eine Frage der persönlichen Vorliebe des Klienten/der Klientin zu sein. Grundsätzlich sollte ein Coach in der Lage sein, sich in *jeden* einzufühlen. Ein guter Coach, egal ob männlich oder weiblich, sollte Verständnis dafür haben, was Frauen oder Männer im Management anders machen, wo ihre jeweiligen Stärken liegen und wie sie sie am besten einsetzen können.

**Monika Scheddin:** Als Coach fühle ich mich grundsätzlich ein wenig wie die freudig gespannte Miss Marple der Veränderungswelt: Was ist bereits da an Ressourcen, was braucht der Mensch mir gegenüber, um sein Bestes zu geben und es möglichst dauerhaft zu leben? Bin ich als Coach nicht immer die Gleiche? Antwort: ein entschiedenes Jein! Zwar bin ich stets dieselbe, mit demselben Background und denselben Coachingtools, die mir zur Verfügung stehen, und doch macht die Auswahl der Mittel den Unterschied. Ich passe mich z.B. sprachlich und in der Auswahl der Beispiele den Kunden an. Männliche Kunden legen in der ersten Sitzung mehr Wert auf Positionierung: Bist du, Coach, mir überhaupt gewachsen? Verstehst du, was mich drückt und kannst du mich dahin bringen, wo ich will? Dies geschieht bei weiblichen Kunden auch, aber seltener und subtiler.

### Coachen Sie Männer anders als Frauen?

**Volker Hepp:** Das hängt vom Thema ab, mit dem die Kunden kommen, da gibt es keine generelle Richtlinie. Männer wollen manchmal schneller ins Handeln kommen und müssen da gebremst werden, damit sie genügend Zeit zur Reflexion haben, bei Frauen ist es manchmal umgekehrt – zu viel Reflexion und Probleme, um ins Tun zu kommen. Aber mich interessiert

Foto: Constanze Wild



„Weil das Geschlecht zu den zentralen Sozialisationsfaktoren im Leben eines Menschen zählt, spielt es selbstverständlich auch im Coaching-Prozess eine Rolle.“

Petra Bock, Berlin



„Manchmal sind auch die Unterschiede innerhalb eines Geschlechts größer als zwischen den Geschlechtern.“

Volker Hepp, Inning

vorrangig das Thema heute, woher es kommen könnte und die Sozialisation – und was dazu kommen muss, damit es eine Veränderung gibt.

**Harald Berenfänger:** Worin sich die Geschlechter unterscheiden, ist oftmals die Fähigkeit, sich einzulassen. Ich beobachte, dass Frauen sehr viel schneller und bereitwilliger in die Tiefe gehen, während Männer zunächst davor zurückschrecken, sich emotional zu öffnen und sich mit Aspekten auseinanderzusetzen, deren Betrachtung schmerzhaft sein könnte. Ich habe mir angewöhnt, den Schmerz, den die meisten Männer unter ihrer lässigen Schale mit sich herumtragen, zu respektieren, indem ich besonders behutsam und besonders humorvoll vorgehe.

**Sabine Asgodom:** Ich coache jeden Menschen unter-

schiedlich, auch Frauen sind unterschiedlich. Die Sensibilität des Coachs, sein/ihr Talent zum Hinschauen und -spüren sind entscheidend. Mit formellen Ansätzen kommen sie nicht weit und können dem Menschen nicht gerecht werden. Die geleitete Intuition des Coachs hilft, den Klienten/die Klientin gut begleiten zu können.

**Petra Bock:** Der Rapport zu Klienten ist immer individuell und verlangt von mir als Coach eine hohe Flexibilität. Auch innerhalb der Geschlechter gibt es sehr große Persönlichkeits- und Verhaltensbandbreiten. Mir fällt jedoch auf, dass hin und wieder besonders männliche Klienten aus dem Top-Segment beim Kennenlernen prüfen, ob ich mit ihnen auf Augenhöhe arbeiten kann. Mit Augenhöhe ist dann gemeint, dass ich selbstbewusst auftrete, mich als echter Sparringspartner anbiete und klare Worte finde für das, was ich denke. Aus meiner Sicht ist es wichtig, ein starkes persönliches Standing innerhalb des eigenen Geschlechts zu haben und gleichzeitig mit beiden Geschlechtern flexibel und glaubwürdig arbeiten zu können. Dazu muss man die geschlechtsspezifischen Verhaltens- und Sprachcodes, die es nun einmal gibt, verstehen und nutzen können.

**Monika Scheddin:** Grundsätzlich interessanter als das Geschlecht sind die Arbeitspräferenzen des Kunden, die sich mithilfe des Team Management Systems (TMS) gut bestimmen lassen: ist jemand eher der momentstreue, unstrukturierte

Kreative, der den Umgang mit Menschen von Haus aus liebt und Flexibilität und Veränderungen schätzt? Oder der zielbewusste, klassische Manager, der gerne den direkten Weg wählt und Diplomatie insgeheim für Zeitverschwendung hält? Und hier muss ich als Coach sehr wohl auf das Geschlecht des Kunden eingehen: Ein männlicher zielstrebigem Organisator wird von seinem Umfeld begrüßt, eine Frau mit dem gleichen Profil irritiert immer noch. Männer reagieren gut auf klare Ansagen und freuen sich, wenn der Coach mindestens eine Schwäche diagnostiziert. Frauen können mit klassischen Coachingfragen, Angeboten und Optionen besser umgehen.

**Gibt es Anliegen/Themen, bei denen ein Coach gleichen Geschlechts besser geeignet ist? Bzw. bei denen ein Coach anderen Geschlechts besser geeignet ist?**

**Volker Hepp:** Manchmal versteht ein Mann einen Mann besser, als das eine Frau je kann. Und manchmal versteht eine Frau eine Frau besser, als das ein Mann je könnte. Weil man auf gemeinsames Selbstverständnis und



„Grundsätzlich sollte ein Coach in der Lage sein, sich in JEDEN einzufühlen.“

Ulrich Dehner, Konstanz

Rollenverhalten zurückblicken kann. Und manchmal kann ein Mann eine Rollenveränderung von einem männlichen Coach besser annehmen als von einer Frau, weil es da dann keine Mutter-Projektionen gibt. Und manchmal lohnt es sich, die Perspektiven zu wechseln und gerade einen gegengeschlechtlichen Coach zu suchen. Das wird der Klient selbst am besten wissen und fühlen, was für ihn gerade gut ist.

**Harald Berenfänger:** Nach meiner Erfahrung haben fast alle Männer ein enormes Defizit an männlicher (sprich väterlicher) Wertschätzung erlebt und gleichzeitig wenig Übung, über Gefühle und Unsicherheiten zu sprechen. Oft machen sie in meinem Coaching zum ersten Mal die Erfahrung, wie gut es tut, Wut, Ohnmacht, Scham und Trauer für zwei Stunden nicht mehr verstecken zu müssen. Und sie erleben, dass sie wegen dieser Offenheit nicht als uncool oder unmännlich diffamiert werden, sondern vielmehr Respekt und Wertschätzung erfahren – die besonders wertvoll ist, weil sie sie von einem Mann erfahren. In diesen Momenten bin ich nicht nur ein Coach, der seinen Klienten unterstützt, neue Lösungen zu finden. In diesen Momenten ermögliche ich meinem Klienten durch mein Mannsein, sich selbst neu zu begegnen. Selbsterfahrung pur – abseits jeglicher Gefühllichkeit.

**Sabine Asgodom:** Ich kann mir beides vorstellen. Ich mache die Erfahrung, dass männliche Klienten oft meine Sichtweise als weiblicher

Coach auf ihre Lebenssituation schätzen, also den anderen Blickwinkel. Ich kann mir vorstellen, dass manches „Autoritätsgerangel“ am Anfang, von dem männliche Coachs manchmal berichten, für Männer bei einem weiblichen Coach gar keine Rolle spielt.

**Petra Bock:** Das bestimmt ganz allein der Klient oder die Klientin. Er oder sie trifft selbst eine Vorauswahl und entscheidet manchmal intuitiv, manchmal bewusst, ob ein männlicher oder weiblicher Coach jetzt richtig ist.

**Ulrich Dehner:** Einem weiblichen Coach fällt es möglicherweise leichter, weibliche Sichtweisen zu verstehen, andererseits kann ein männlicher Coach vielleicht gerade dadurch seine Klientin unterstützen, dass er ihr männliches Denken „übersetzt“ und ihr dadurch einen Weg zeigt, erfolgreich damit umzugehen. Wohingegen ein weiblicher Coach für einen Mann, der etwa lauter Frauen führt, aus diesem Grund besonders gut ist, weil sie ihm die weibliche Sichtweise näher bringen kann. Ich kann keine allgemeingültige Regel befürworten, die postuliert, dass Frauen besser bei einem weiblichen Coach aufgehoben sind oder umgekehrt.

**Monika Scheddin:** Eine Frau als Coach im Umgang mit männlichen Kunden hat den Vorteil, dass sie nicht als „Gegnerin“ empfunden wird, und man verzeiht ihr „gefühlige Fragen“. Noch ein Vorteil (eigentlich ein Rand-Thema im Businesscoaching): die Frauensehensweise bei der Sortierung des

#### LINKTIPPS

» [www.degs-studie.de](http://www.degs-studie.de)

DEGS ist Teil des Gesundheitsmonitorings des Robert Koch-Instituts. Durchgeführt wird das Monitoring im Auftrag des Bundesgesundheitsministeriums mit dem Ziel, kontinuierlich Daten zur gesundheitlichen Lage von Erwachsenen in Deutschland zu liefern. Im Dezember 2011 war die erste Datenerhebung abgeschlossen, erste Ergebnisse wurden Mitte 2012 publiziert.

» [Spiegel Online: bit.ly/Y2KJfA](http://SpiegelOnline.bit.ly/Y2KJfA)

Aussagekräftige Grafik zu seelenbedingten Leiden auf Basis der Studie.

Privatlebens. Generell habe ich den Eindruck, dass viele Führungskräfte bewusst einen Coach des anderen Geschlechts wählen, weil sie eine Erweiterung ihres Spektrums erwarten.

### **Haben Sie das Gefühl, zu Klienten des eigenen Geschlechts einen besseren Draht zu haben?**

**Volker Hepp:** Nein, ich habe keine geschlechtsabhängige Empathiefähigkeit! Ich mag Menschen und ich kann mit beiden Geschlechtern empathisch sein und ihren Leidensdruck spüren. Hinter jedem Verhalten steckt ein guter Grund, und den gilt es im Coaching herauszufinden.

**Harald Berenfänger:** Das ist unterschiedlich. Ich gestatte mir, viele „typisch weibliche“ Anteile zu leben: Empathie, Sensibilität, Intuition etc. Daher habe ich schnell einen guten Draht zu Frauen, die sich meist darüber freuen, „endlich auch mal“ mit einem Mann so kommunizieren zu können. Und wenn ich auf Männer treffe, die ausschließlich auf Leistung, Rationalität und Wettkampf setzen, wird der Draht zwischen uns zunächst nicht besonders glühen – da muss das Feuer der Erkenntnis erst einmal geduldig angefacht werden.

**Sabine Asgodom:** Nein, ich habe zu beiden Geschlechtern einen gleich guten Draht. Wenn ein Mann zu einem weiblichen Coach geht, hat er schon bewiesen, dass er Frauenkompetenz schätzt und anerkennt, er ist also bereit, mit einer Frau zu arbeiten. Und dann gibt es kein Hindernis mehr.

**Petra Bock:** Nein. Das wäre auch nicht mein Verständnis von Professionalität im Coaching. Ich denke, es macht uns als Coachs aus, dass wir zu jedem, wirklich jedem Menschen unabhängig von persönlichem Draht, persönlicher Sympathie oder Antipathie im Moment des Coachings eine offene, vertrauensvolle und tragfähige Arbeitsbeziehung herstellen können. Das Thema „Arbeiten im Geist von Diversity“ sollte für uns in diesem Beruf aufgrund unserer kommunikativen Expertise und persönlichen Fähigkeiten grundsätzlich selbstverständlich sein.

**Monika Scheddin:** Ich arbeite gerne mit Frauen zusammen, weil sie tendenziell reflektierter sind. Ich arbeite gerne mit Männern zusammen, weil sie häufig ein größeres Commitment mitbringen. Nachteil bei mir persönlich: Ich kann Fußballleidenschaften meiner männlichen Kunden bestenfalls errahnen :-)

**Die Frage stellte Nicole Bußmann ■**



[WWW.9LEVELS.DE](http://WWW.9LEVELS.DE)

## ZERTIFIZIERUNG ZUM 9 LEVELS TRAINER

### Zielgruppe

Experten, die sich mit Veränderungsprojekten, Trainingsmaßnahmen, Beratungen und Coachings auseinandersetzen und ihre Arbeit durch ein wissenschaftlich fundiertes und in der Praxis erprobtes Modell ergänzen möchten.

### Einsatzgebiete

Einzelcoaching, Outplacement, Placement, Recruiting / Assessment Center, Karriereberatung, Führungskräftecoaching

Teamentwicklung, Teamcoaching, Führungskräfteentwicklung, Vertrieboptimierung, Prozessoptimierung

Unternehmenskultur-Veränderung, Schnittstellenoptimierung, Organisationsentwicklung, Change Management

### TERMINE 2013

München 13.-15.02.2013

Wien 10.-12.04.2013

Frankfurt 10.-12.07.2013

Zürich 25.-27.09.2013

alle Termine auf [WWW.9LEVELS.DE](http://WWW.9LEVELS.DE)



9 LEVELS INSTITUTE FOR VALUE SYSTEMS GMBH & CO. KG

Eywiesenstraße 6 | 88212 Ravensburg | Germany

T +49 751 363 44-999 | F -739 | [info@9levels.de](mailto:info@9levels.de) | [www.9levels.de](http://www.9levels.de)