

## #1 Die Geschichte des Coaching

### ***Muss man die Vergangenheit kennen, um die Zukunft zu gestalten?***

Nicht unbedingt. Viele Menschen haben auch schon Neues erschaffen ohne die Vergangenheit zu kennen. Was es bedarf, um die Zukunft zu gestalten ist eine Absicht oder Vision. **Wie willst Du das die Zukunft aussieht?** Deine Zukunft? Die Zukunft der Welt? Wenn Du zum Beispiel die Vision hast in einer Welt zu Leben, in der alle Menschen als gleichwertig angesehen werden unabhängig von ethnischen Hintergründen oder Geschlecht, müsstest Du für die Verwirklichung dieser Vision noch nicht mal die Vergangenheit kennen. Du könntest die aktuelle Situation analysieren und Dich dafür einsetzen sie Deiner Absicht entsprechend zu wandeln. Ein wichtiges Tool, um die Absicht zu verwirklichen, kann dann sein die Vergangenheit zu kennen. Dies kann nicht nur zu **Empathie** führen, sondern auch zu einem **Argument** werden, die Zukunft anders zu gestalten. Die Geschichte von etwas zu kennen kann auch dazu führen, dass Du ein **tieferes Verständnis** von etwas bekommst. Was Du mit diesem tieferen Verständnis dann anstellst, liegt wieder bei Dir. :)

Die Geschichte des Coaching, ist im Vergleich zu anderen Berufen eine relativ junge. Vor allem die des LiveCoaching. Im Sport gibt es Coaching schon etwas länger. Seit 1848 wurde eine umgangssprachliche Verwendung des Begriffs für private Tutoren für Studenten beobachtet, im sportlichen Bereich wird das Wort seit 1885 in England und den USA gebraucht.

Die Geschichte des Coaching zu kennen, kann ein Werkzeug sein, um die Zukunft des Coaching mitzugestalten. Willst Du die Zukunft des Coaching mitgestalten?

### **Was ist Deine Vision des Coaching in der Zukunft?**

Unsere Vision ist es dazu beizutragen, Coaching zu einer nachhaltig effektiven Disziplin zu machen, die nicht nur oberflächliche, kurzzeitige Verbesserung erzeugt, sondern wirkliche **Transformation**. Sowohl persönlich als auch global. Bist Du dabei? Wenn dies auch Deine Vision ist, welchen Beitrag kannst Du heute schon dafür leisten?

Ein Werkzeug haben wir hier schon für Dich. Eine kurze Zusammenfassung der Geschichte des Coaching. **Erkenntnisse oder Fragen** dazu kannst Du jeder Zeit gern bei [Facebook](#) oder [Instagram](#) stellen.

Viel Vergnügen und Erkenntnisse beim Lesen!

Geschichte und Herkunft des Coaching

Philosophie

Die Philosophie der Antike entwickelte systematisch organisiertes Denken, um Naturphänomene und menschliche Existenz zu erklären und verstehbar zu machen. Seit Sokrates ist das Disputieren festfügter alltäglicher Überzeugungen und seit Platon vor allem das angeregte Gespräch über das Menschsein an sich ein wichtiger Teil philosophischer Lehren. Unterschiedliche wissenschaftliche Methoden und Disziplinen sind

heute direkt oder indirekt von antiker Philosophie beeinflusst. Kerngebiete der Philosophie sind Logik (Wissenschaft des schlüssigen Denkens), Ethik (Wissenschaft des rechten Handelns), Metaphysik (Wissenschaft des nicht Sichtbaren) und Ontologie (Wissenschaft des Seins).

## Psychologie

Der Mediziner Sigmund Freud stieß an die Grenzen rein medizinischer Behandlung und beschäftigte sich mit der Psyche des Menschen als mögliche Verursacherin menschlichen Leidens. Diese Vorgehensweise wurde lange vehement kritisiert und er persönlich als Scharlatan diffamiert. Die von ihm empirisch entwickelte Psychoanalyse beschäftigte sich als erste wissenschaftliche Disziplin nach den antiken Philosophen ernsthaft mit der Psyche des Menschen. Der Patient sollte sich in freien Assoziationen von seinen Krankheiten freisprechen. Diese Behandlung ist sowohl sehr kostspielig als auch langwierig, was sie nur für wenige zugänglich machte.

Der nächste große Fortschritt war die Entwicklung der Verhaltenstherapie, basierend auf dem Reiz-Reaktionsmodell nach Pawlow. Dieser konditionierte bei Ratten neues Verhalten durch Unterbrechen des bisherigen Reiz-Reaktions-Musters. Die begrenzte Übertragbarkeit auf den Menschen mit entsprechenden Ergebnissen führte dazu, dass eine zwischen Reiz und Reaktion verortete so genannte 'Black Box' näher erforscht wurde. So entstand die Kognitive Psychologie, die später als Teil der Verhaltenstherapie eingestuft wurde. Ein bahnbrechender Pionier der kognitiven Therapie ist Dr. Albert Ellis, ehemaliger Psychoanalytiker, mit der von ihm entwickelten und seit Jahrzehnten erfolgreich angewandten Rational-Emotiven-Therapie (RET), später als Teil der kognitiven Verhaltenstherapie umbenannt in Rational-Emotive-Behavior-Therapy (REBT).

## Transformation und Coaching

Wurde in der damaligen Psychologie und Psychotherapie die Heilung klinisch diagnostizierter Krankheiten behandelt und das Vermeiden von Leiden untersucht, begann Ende der neunzehnhundertvierziger Jahre eine Bewegung, die sich das Finden des Glücks zur Aufgabe machte. Als Pionier könnte Dale Carnegie angesehen werden, selbst wenn er seine Arbeit nicht als Coaching bezeichnete. In den USA gab es neben etlichen obskuren Psychotechniken zwei Strömungen: Transformation und Coaching.

Der Begriff der Transformation wurde eher in esoterisch spirituellen Kreisen und östlichen Philosophien verwendet. Er bezeichnet einen vollständigen Wandel von einer Dimension in die nächste (Transsubstation), wobei die alte Dimension gänzlich aufgegeben und verlassen wird.

Coaching wurde zum einen genutzt, um Menschen wieder zu motivieren, ihre Ziele zu erreichen. Zum anderen gab es neue Ansatzpunkte wie: weniger Streit oder Spannung in Familie und Beruf, mehr Erfolg, effektivere Kommunikation, weniger Stress, besseres Delegieren, etc. Da diese Probleme nicht dem klinisch-psychologischen Bereich zugeordnet werden konnten, wurde der Bedarf nach persönlichem Coaching größer, wobei diese in erster Linie als Beratung und Hilfe, im besten Fall als Hilfe zur Selbsthilfe verstanden wurde.

Da Coaching kein geschützter Begriff ist, entstanden vielfältige Coachingsrichtungen, häufig angelehnt an schon vorhandene Therapieformen, wie Systemisches Coaching, NLP, etc.

Transformation now!  
Die Contextuellen Experten