

Tool: Auf mehreren Stühlen

Steckbrief		
Coaching-Anlass:	Entscheidungsfindung zw. mehreren Möglichkeiten	
Zeit:	60 Minuten	
Anzahl Teilnehmer¹:	1	
Infrastruktur, Materialien:	4-5 Stühle (alternativ: Moderationskarten)	
Einsatzgebiet	Einzel-Coaching	ja
	Team-Coaching	nein
	Mitarbeitergespräch	ja
	Workshop	nein
	Online-Coaching	nein
Zum Einsatz durch Führungskraft als Coaching-Instrument geeignet.		

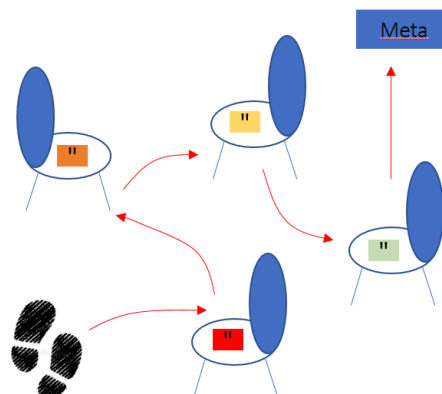
■ In aller Kürze

Das Tool kann angewendet werden, wenn mehrere Alternativen überprüft und eine Entscheidungsfindung unterstützt werden soll. Der Einsatz bietet sich an, wenn der Coachee verschiedene Interessen, Motive, Bestrebungen zum Ausdruck bringt bzw. eine innere Widersprüchlichkeit von Entscheidungstendenzen thematisiert.

Das Tool wird mit dem Ziel angeboten, Vor- und Nachteile verschiedener Entscheidungsmöglichkeiten zu reflektieren und nachzufühlen.

■ Kontext und Konzept

Für jede Option wird ein Stuhl im Raum platziert. Der Coachee reflektiert jede Entscheidungsoption getrennt voneinander in beliebiger Reihenfolge und abschließend das Gesamtbild aus der Meta-Perspektive.



¹ Wenn in dieser Toolbeschreibung von Teilnehmer, Coachee, Coach, Klient etc. gesprochen wird, dann sind damit männliche, weibliche und diverse Personen gleichermaßen gemeint.

▪ Vorgehen

Der Coach schlägt vor, die Möglichkeiten, die der Coachee derzeit für sich sieht, mit Hilfe von Stühlen zu veranschaulichen. Für jede Option wird ein Stuhl in den Raum gestellt. Bei mehreren Stühlen bietet es sich an, jeden Stuhl mit einer Moderationskarte zu beschriften. Zusätzlich wird eine Moderationskarte "Meta" (alternativ auch "Fokus" oder "Joker") durch den Coachee in den Raum gelegt.

Der Coach bittet den Coachee, auf dem ersten Stuhl seiner Wahl Platz zu nehmen:

- "Auf welchem der Stühle möchten Sie als erstes Platz nehmen?"
und sich einzufühlen:
- "Was wäre, wenn diese Option bereits umgesetzt wäre?"

Beispielhafte Fragen je Position (können frei abgeändert oder mit anderen systemischen Fragen kombiniert werden):

- "Wie fühlt es sich an, wenn Sie sich vorstellen, diese Option umgesetzt zu haben?"
- "Welche Vorteile bietet Ihnen diese Position?"
- "Welche Nachteile?"
- "Was ist der bedeutsamste Gewinn, den Sie in dieser Position haben?"
- "Auf einer Skala von 0-10, wie zufrieden (zuversichtlich/ glücklich/ stark/ ...) fühlen Sie sich in dieser Position?"
- "Welche Gedanken gehen Ihnen durch den Kopf, wenn Sie zu den anderen Stühlen hinsehen?"
- "Wenn ein Ihnen wohlgesinnter Mensch kurz vorbeikommen und zusehen würde, was würde er Ihnen raten, unbedingt zu berücksichtigen, damit Sie sich auf diesem Stuhl wohl fühlen können?"
- "Alles in allem, wie fühlt es sich an, hier zu verweilen?"

Abschließende Frage:

- Mit welchem Schlüsselwort/welchen Schlüsselworten würden Sie diese Position zusammenfassend beschreiben? --> Schlüsselwort(e) auf Karte(n) notieren und auf/vor den Stuhl legen.

Sodann bietet der Coach dem Coachee an, auf einem anderen Stuhl seiner Wahl Platz zu nehmen und stellt ihm auch hier systemische Fragen zur Reflexion.

Schließlich bittet der Coach den Coachee auf die Position "Meta" zu gehen:

- "Ist die Position "Meta" (immer noch) richtig im Raum platziert?" (den Coachee ggf. "Meta" umstellen und sich draufstellen lassen)
- "Welche Erkenntnisse über die einzelnen Positionen haben Sie gewonnen?"
- "Was von dem Erlebten nehmen Sie mit Blick auf Ihr heutiges Ziel mit?"
- "Was wird Ihr nächster Schritt sein?"
- "Woran werden Sie erkennen, dass ... funktioniert?"
- "Woran werden es die anderen Beteiligten erkennen, dass ... für Sie eine gute Lösung ist?"

■ **Varianten**

Es können jederzeit neue Stühle dazu gestellt werden, wenn der Coachee das Gefühl hat, dass da noch etwas ist, was (noch) nicht benannt werden kann.

Das Gesamtbild von der Meta-Position aus zu betrachten kann als Zwischenschritt hinter jeder Position eingebaut werden, verbunden mit der Frage "Auf welchem Stuhl möchten Sie als nächstes Platz nehmen?" Dies kann der Coach dem Coachee grundsätzlich immer zwischendurch anbieten.

■ **Erfolgsfaktoren**

Es ist unbedingt erforderlich, dass der Coach bei der Anwendung des Tools so neutral wie möglich bleibt und dem Coachee ausreichend Zeit zum „Einfühlen“ und Nachdenken einräumt.

Beim Anwenden des Tools ist es hilfreich, dass die Stühle, auf welchen Coach bzw. Coachee zu Beginn der Coaching-Einheit sitzen, nicht im Rahmen der Toolanwendung mit anderen Bedeutungen „aufgeladen“ werden. Sie behalten vielmehr ihre Bedeutung als Coach- bzw. Coachee-Stuhl, beim Anwenden der Methode wird idealerweise mit anderen zusätzlichen Stühlen gearbeitet.

■ **Fazit**

Ein guter Vorbereiter für die Entscheidungsfindung, ggf. in Kombination mit der Anwendung anderer Tools (Tetralemma, Durch das Tor gehen, Wege zum Ziel).

■ **Weiterführende Informationen und Links**

Keine.

Verwendungshinweis

Die Verwendung dieser Toolbeschreibung im Rahmen eigener Coachings ist gestattet und erwünscht. Bei Beratungstätigkeit und Trainings ist dies mit Nennung der Quelle unter Berücksichtigung des Urheberrechts gestattet. Eine Durchführung von Trainings und Ausbildungen oder Nutzung dieser Toolbeschreibung in vollständiger oder überwiegend gleicher oder ähnlicher Form ist nicht gestattet und benötigt die vorherige schriftliche Zustimmung der INA CCW Internationale Akademie für Sozialwissenschaften, Organisation und Management – Coaching Campus World GmbH.