



**Szenisches Mentaltraining**

# NOTFALLPLAN

**Klient weint,  
was tun?**



# Weinen ist ein **KOMPLIMENT** an Deine Coachingkompetenz!

Weinen kommt im Training und im Coaching regelmäßig vor und zeigt, dass Du es geschafft hast, einen vertraulichen Rahmen zu schaffen und genau den Punkt anzusprechen, an dem es Wachstum gibt, also alles gut.

## HANDLUNGSPLAN

Du bist vorbereitet und bietest Taschentücher an, jedoch erst wenn Dein Klient sie braucht (also nicht vorschnell, sonst kann es genau das Gegenteil bewirken).

Gib 5 Minuten Zeit (nicht den Raum verlassen!), danach sollte die Situation gelöst sein und zwar ohne dass Du aktiv nachgefragt hast: „Warum weinst Du? Was ist Dein Problem?“

Es gibt hier kein Problem! Die Tränen zeigen, dass gerade etwas Wichtiges passiert, also lass es einfach geschehen. Halte die Situation aus, gib keine „schlau Ratschläge“. Zeige, dass Du Profi bist und mit den Emotionen souverän umgehen kannst.

Aber was ist, wenn Dein Klient auch nach 10 Minuten immer noch heftig weint und keine Besserung in Sicht ist?

**Dann greift der nachfolgende NOTFALLPLAN:**

# NOTFALLPLAN

## Klient weint, was tun?

### Stufe 1

#### Ortswechsel (Musterunterbrechung)

Wir verlassen gemeinsam mit dem Klienten den Raum (oder zumindest den Ort innerhalb des Beratungsraumes) und nehmen bewusst an einer anderen Stelle Platz. Der Klient muss den Ort, an dem das starke Weinen ausgelöst wurde, verlassen. Er bekommt hier 10-15 Minuten Zeit sich zu beruhigen (dabei nicht den Raum verlassen).

#### TRITT EINE BESSERUNG EIN?

Ja

#### NOTFALLPLAN ENDET AUF STUFE 1

Das Training wird für heute beendet. Eine aufbauende Verabschiedung ist wichtig: **Toll, dass wir heute genau den Kern erkannt haben. Jetzt können wir daran beim nächsten Termin gezielt weiterarbeiten.**

Nein

### Stufe 2

#### Test (Placebo)

Dein Klient weint auch nach 15 Minuten immer noch unverändert und Du hast den Eindruck, dass auch in der nächsten Zeit keine Besserung eintritt? Dann greift Stufe 2: Beruhigungsmittel „verabreichen“ (als Test).

Wir verabreichen dem Klienten nun in einer „Arzt-Anmutung“ ein „Beruhigungsmittel“ (Placebo), ein nicht verschreibungspflichtiges, z.B. einen Beruhigungstee. Es geht nicht um das Mittel, sondern darum zu „testen“, ob der Klient überhaupt noch Hilfe annimmt.

#### VORSICHT!

In einigen Beruhigungstees sind Substanzen, die auf der Dopingliste stehen! Abklären!

#### NIMMT DEIN KLIENT HILFE AN UND VERBESSERT SICH SEIN ZUSTAND?

Ja

#### NOTFALLPLAN ENDET AUF STUFE 2

Nein

### Stufe 3

#### Notruf

Du rufst den Notarzt an. Wichtig: Verlasse dabei NICHT den Raum. Entweder nimmst Du den Klienten mit zum Telefon oder Du telefonierst im gleichen Raum wo Dein Klient sitzt! Notrufnummer in Deutschland 112

Beschreibe die Symptome („akute Belastungsreaktion“, umgangssprachlich: Nervenzusammenbruch). Auch nach Absetzen des Notrufs wird Dein Klient nicht allein gelassen! Der Notarzt entscheidet über den weiteren Verlauf, z. B. Bestellung Notfallseelsorge, Valium, Fahrt in die Psychiatrie.

#### NACHBEREITUNG – NACHBESPRECHUNG

Wie kannst Du starkes Weinen mit Deinen Klienten anschließend reflektieren (anschließend! Nicht während das Weinen noch andauert!)

- 1. Dein eigenes Mindset überprüfen:** Es gibt hier kein Problem! Weinen ist eine vollkommen natürliche Reaktion und ein Zeichen dafür, dass Du auf dem richtigen Weg bist. Problematisiere das Weinen nicht, sondern schätze es wert: Du hast einen vertraulichen Rahmen geschaffen, in dem sich Dein Klient so weit öffnen konnte, dass er diese Emotion mit Dir teilt. Weinen ist ein KOMPLIMENT an Deine Coachingkompetenz.
- 2. Eine Reflexionsfrage könnte sein:** Welche Gedanken haben Dir dabei geholfen, zu weinen?
- 3. Lösungsorientierung:** Wo genau liegt die Mikro-Transformation? Bedeutet: Wo war Dein Klient vor dem Weinen und wohin ist er durch das Weinen gekommen. Welche Türen haben sich geöffnet, die vorher verschlossen waren?

# WAS TUN, WENN ETWAS NICHT WIE GEPLANT LÄUFT?

Hoffentlich fällt nie das Triebwerk aus, aber wenn das Triebwerk ausfällt, weiß ein Pilot, was zu tun ist, weil er solche Notfälle intensiv trainiert hat.



## Notfallsituationen, Grenzfälle, "schwierige" Klienten, Störungen aller Art:

- Was machst Du, wenn Dein Klient bei Deinem Entspannungstraining das Bewusstsein verliert?
- Wie gehst Du damit um, wenn Du eine Alkoholfahne bei Deinem Klienten riechst?
- Dein Klient fängt an zu weinen und hört nicht mehr auf ...
- Musst Du es melden, wenn Du von Doping erfährst?
- Greift bei Straftaten immer noch die Schweigepflicht?
- Ab wann musst Du einen Notarzt rufen?

## DER ERSTE-HILFE-KURS FÜR COACHES

Im **Online-Teil** schaffen wir die theoretischen Grundlagen zum professionellen Umgang mit Notfällen. Im **Praxisteil** üben wir Szenarien in Form von Rollenspielen.

**ERGEBNIS:** Du bist auf alle Notfälle, die in Deiner Coachingtätigkeit passieren können, perfekt vorbereitet. Hoffentlich passiert nie etwas Schlimmes. Aber falls etwas passiert, weißt Du was zu tun ist. Das beruhigt und gibt Dir Sicherheit für Dein professionelles Handeln.

**Positiver Nebeneffekt:** Wir fördern bei diesem Lehrgang den kollegialen Austausch, so dass sich für Dich Möglichkeiten zur Vernetzung und Kooperationen ergeben.



### Termine & Anmeldung:

[www.wettkampfvorbereitung-shop.de](http://www.wettkampfvorbereitung-shop.de)

