



Horst Kraemer

Themenlab "Wirksame Interventionen", 15. Juni 2016

**Wirkung und Effektstärkenmessung von neurosystemischem Coaching.**

Gesellschaftliche Relevanz, Möglichkeiten und Wirkung von Coaching deutlich machen.

**Bezug zum Themenstrang "Wirkung"**

Neurosystemisches Coaching nutzt die aktuellen Kenntnisse der Neurowissenschaften und integriert kognitive und emotionale Prozesse des willkürlichen und unwillkürlichen Systems. In einer vergleichenden Studie wurde die Effektstärke parallel zur Coachingarbeit gemessen, eine Evaluation mit 168 Wirtschaftsstudenten wird eine weitere Qualitätsaussage aufweisen.

**Projekt-Angaben**

Das neurosystemische Coaching integriert die Erkenntnisse der Neurowissenschaften und geht von der Annahme aus, dass alle Erlebnisse wie kognitive Prozesse innere biochemische Abläufe auslösen. Ob diese steuerbar und somit Verstandes gelenkt veränderbar sind, hängt von der Kooperationsfähigkeit des willkürlichen (Cortex) und unwillkürlichen (Limbischen-) Systems ab. Sensomotorische, bifokale Aktivierungen können unter anderem im Coaching gezielt eingesetzt werden um Kooperationen der Hirnareale zu aktivieren, auch wenn diese durch Stress reduziert sind. In einer von der Versicherungswirtschaft angeregten und an der ETH Zürich durchgeführten Studie wurden 150 Menschen, die in ihrer Selbstwirksamkeit zwischen 2 und 10 Jahren nach Unfällen eingeschränkt und zwischen 50 bis 100% arbeitsunfähig waren, gezielt neurosystemisch manualisiert gecoacht. Die Ergebnisse wurden von unabhängigen Forschern evaluiert, mit einer Kontrollgruppe verglichen, ausgewertet und veröffentlicht. Die Ergebnisse haben gezeigt, dass bei 82% ereignisbedingter Stress die Kooperation zwischen Cortex und limbischen System verunmöglicht hat und die Selbstwirksamkeit auf Verhaltens- und Körperebene drastisch reduzierte. Zweitens die Aktivierung der Selbstwirksamkeit im neurosystemischen Coaching den Zugang zu mentalen und körperlichen Ressourcen wieder ermöglicht. Drittens dass bei 82% der Coachingteilnehmenden eine hochsignifikante Verbesserung gemessen werden konnte und bei 67% die Arbeitsfähigkeit wiederhergestellt wurde. Viertens wurde festgestellt, dass ein standardisiertes, manualisiertes Coachingverfahren am besten an eindeutig festlegbaren Effekten gemessen und mit anderen Verfahren, wie in der Kontrollgruppe durchgeführten herkömmliche Therapieverfahren, verglichen werden kann.

**Ausführung zum Inhalt des Beitrages**

Nach einer kurzen theoretischen Einführung über die theoretischen und methodischen Grundlagen des neurosystemischen Ansatzes werden das Forschungsprojekt, das Befragungsergebnis, die statistischen Detailergebnisse und das Gesamtergebnis dargestellt. Anschliessend wird die aus diesem Ergebnis abgeleitete Standardisierung der Klientenbefragung beim Neuroimaginationcoaching und den damit verbundenen Weiterentwicklungen des Coachingverfahrens aufgezeigt. Ein aktuelles Projekt mit 168 Wirtschaftsstudenten der FHNW zeigt auf, wie die konsequente Ergebnis-

**4. Internationaler Coaching-Kongress**  
**Coaching meets Research**  
**Wirkung, Qualität und Evaluation im Coaching**  
14./15. Juni 2016, Olten, Schweiz  
[www.coaching-meets-research.ch](http://www.coaching-meets-research.ch)



evaluation durchgeführt werden kann und somit die Wirkung von Coaching anhand von nachvollziehbaren ganzheitlichen Effekten möglich wird. Die gesellschaftliche Relevanz wird durch den anhand der beiden Beispiele aufgezeigten Nutzen deutlich.

#### **Literatur**

- Horst Kraemer; Soforthilfe bei Stress und Burn-out, Das Praxisbuch, Kösel, 2012
- Christian Schubert; Psychoneuroimmunologie und Psychotherapie, Schattauer, 2011
- Horst Kraemer; Soforthilfe bei Stress und Burn-out, Coaching mit Neuroimagination, Kösel, 2010
- Michael J. Harnisch, Dirk Hanebuth; Neue Ansätze in Behandlung, Wissenschaftliche Beiträge im F.S. Friedrich Verlag
- Horst Kraemer; Traumabewältigung, Orell Füssli, 2005
- Horst Kraemer; Intensiv-Coaching, Coaching-Magazin, 2013
- Horst Kraemer; Coaching bei Burn-out, Coaching-Magazin 2011
- Horst Kraemer, Coaching mit Neuroimagination, Manager Seminare, Heft 158 Mai 2011

#### **Angaben zur Person**

**Horst Kraemer**, Sen. Coach DBVC, Gründer und Leiter der Coaching Akademie Brainjoin und Entwickler der neurosystemischen Methode Neuroimagination. Er gründet 1996 das interdisziplinäre Forschungsinstitut IPAS in der Schweiz und 2004 die Brainjoin Gruppe mit Sitz in Zürich und Hamburg. 2010 wurde IPAS zur Brainjoin Akademie. 2004 startete die erste neurosystemische Coachingausbildung in der bis heute konsequent die Forschungsergebnisse umgesetzt werden. Horst Kraemer prägte von 2007 bis 2014 als Vorsitzender des Sachverständigenrates Coaching im DBVC die Coachingrichtlinien und gilt als führender Experte im Bereich Stress und Stressfolgeverarbeitung.