

## **Supervision und Coaching in Zeiten von Corona**

### **Warum es sich lohnt, auch in Corona-Zeiten Supervision und Coaching in Anspruch zu nehmen:**

Der „lockdown“ infolge der Coronapandemie, ängstigende Prognosen für unsere Gesundheit, die Wirtschaft, Arbeitsplatz und unser Leben, die Befürchtung, das Gesundheitssystem könnte überfordert sein, die schlimmen Bilder aus den Nachbarländern und das Kontaktverbot haben zu ganz unterschiedlichen Reaktionen geführt. Viele Menschen empfanden Anspannung und Stress. Und es war anstrengend, so viel spürbare Ungewissheit auszuhalten. Eine Zeit, in der es darum geht, den Krisenzustand erst einmal anzunehmen.

Nach der ersten Gewöhnungsphase rücken jetzt wieder andere Aspekte und Fragestellungen in den Vordergrund, die im Rahmen von Supervision und Coaching einen guten Platz finden können:

- Was hat sich in der gesamten Organisation verändert? Welche Konsequenzen ergeben sich daraus? Worauf ist gerade jetzt zu achten?
- Wie kann es gehen, immer wieder aufs Neue eine gelassene innere Haltung zu entwickeln und neue Lösungen für auftretende Probleme zu finden?
- Es gilt, Leitungspersonen und Führungskräfte zu unterstützen, damit sie in neuen unbekanntem Situationen ihre Verantwortung angemessen wahrnehmen können.
- Was bedeutet es, im Homeoffice zu arbeiten? Welche Konsequenzen, Randerscheinungen und Effekte hat es für die Einzelne und den Einzelnen? Und was folgt daraus?
- Supervision und Coaching für die systemrelevanten Berufe dient der Entlastung, der Psychohygiene und dem Fokussieren auf Prioritäten.
- Gemeinsam kann auf einer tieferen Ebene das Erleben der Klientinnen und Klienten erfasst werden, für die eine solche Krise z.T. wie ein Verstärker der Ursprungsproblematiken wirkt.
- Das Umgehen mit den Ängsten der Klientinnen und Klienten und mit den eigenen Ängsten
- Das Umgehen mit den Verlusten an Kontakten und dem Fehlen von Ausgleichsmöglichkeiten wie Kultur, Reisen etc.
- Der Umgang mit mehr Vulnerabilität, besonders der älteren Mitarbeitenden und bei denen, die aufgrund von Vorerkrankungen zur Risikogruppe gehören.
- Verdrängen kostet Kraft, Wege zur Erleichterung finden.
- Sich selbst in der Krisensituation besser kennen- und einschätzen und steuern lernen.
- Wie geht es weiter – Zukunftsperspektiven und Wertediskussionen: Politik, Gesellschaft und jede und jeder Einzelne befinden sich gerade in einem enormen Lernprozess. Werden daraus die richtigen Schlüsse gezogen?

Im Übrigen bleiben auch alle anderen Themen der Supervisandinnen und Supervisanden bestehen, weil das Arbeitsleben weiter geht und weil es weiterhin Arbeitsbeziehungen gibt, für die ein stützender Reflexionsrahmen hilfreich ist.

## Worauf in der Praxis zu achten ist:

Unser Fachverband Deutsche Gesellschaft für Supervision und Coaching (DGSv) hat für die Durchführung von Coachings, Einzel- oder Teamsupervisionen folgende Empfehlungen gegeben:

- Einzelsitzungen können auch unter den Bedingungen der Kontaktsperre als 1 zu 1 - Setting stattfinden.
- Teamsitzungen von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die auch räumlich zusammen arbeiten, gelten als Arbeitssetting wie z.B. auch Dienstbesprechungen, Konferenzen u.ä. und können stattfinden; sie gelten als „Arbeit“ und nicht als „Veranstaltung“ im Sinne der Verlautbarungen der Bundesregierung. Der Grundgedanke dabei ist, dass hier nicht Menschen zusammengeführt werden, die ansonsten keinen Kontakt zueinander hätten, sondern Arbeitssitzungen/ Supervisionssitzungen stattfinden, die zum normalen, professionellen Arbeitsgeschehen gehören. **Das ist unabhängig davon, wo die Sitzung stattfindet – soweit die bekannten Abstands- und Hygieneregeln eingehalten werden.**
- Gruppensitzungen, in denen Menschen zusammen kommen, die im Alltag räumlich nicht miteinander arbeiten, sollten aktuell nicht stattfinden. (z.B. Sitzung von Gruppen von Führungskräften oder auch Teams, die im Alltag räumlich getrennt arbeiten). In diesen Fällen ist aktuell nicht eindeutig geklärt, ob die Aufsichtsbehörden Vorort eine solche Sitzung als „Veranstaltung“ werten würden und so die Regelungen zur Kontaktsperre gelten. Es ist aus Sicht der DGSv zu empfehlen, solche Beratungssettings derzeit nicht durchzuführen.

Dort, wo persönliche Treffen nicht möglich sind, empfehlen wir, als Alternative eine Telefon- oder Videokonferenz in Erwägung zu ziehen. Es gibt inzwischen zahlreiche technische Möglichkeiten, und wir beraten gerne dazu.

Die Informationen zu den aktuellen Empfehlungen werden hier ständig aktualisiert:

<https://www.dgsv.de/coronavirus/faq/>