

VOM ZAUBERLEHRLING ZUR MEISTERSCHAFT

KI UND COACHING



VON JOHANNES NARBESHUBER

Wie Coaching und KI zu menschlicher Reifung und Bewusstheit beigetragen haben und dadurch selbst besser und hilfreicher geworden sind.

2035 – 50 Jahre Trigon!

Mit Freude blicke ich heute zurück, insbesondere auf die letzten zehn Jahre. Sie gehören wohl für die meisten von uns zu den herausforderndsten und zugleich erfüllendsten unseres bisherigen Lebens.

Heute gibt es wahrlich nicht weniger globale Krisen als damals, im Jahr 2025. Im Gegen teil. Aber was sich in diesen zehn Jahren unbestreitbar und sprunghaft weiterentwickelt hat, ist unsere Fähigkeit, mit diesen Krisen umzugehen. Wohin wir heute auch schauen: Wir

finden Resilienz, Mut, Miteinander und Innovationskraft in einem Ausmaß, das damals kaum jemand für möglich gehalten hätte.

Gemeinsam mit so vielen anderen haben auch diejenigen von uns dazu beigetragen, die all die erforderlichen Transformationsprozesse der letzten Dekade begleitet haben. Auf individueller Ebene, in Teams und Organisationen sowie in größeren gesellschaftlichen Zusammenhängen.

Was sich weiterentwickelt hat, ist unsere Fähigkeit, mit Krisen umzugehen.

Die drei großen Durchbrüche in der technologischen Revolution

So vieles ist gelungen. Drei Durchbrüche möchte ich hervorheben, die uns im Rückblick fast selbstverständlich scheinen mögen, es vor zehn Jahren aber ganz und gar nicht waren:

- Wir begreifen und nutzen heute unsere spezifisch menschliche Einzigartigkeit viel tiefer und konsequenter als je zuvor.

- Im Umgang mit KI, dem zentralen Treiber der aktuellen technologischen Revolution, sind wir von unbeholfenen Zauberlehrlingen in eine gewisse Meisterschaft gereift.
- Wir haben so etwas wie ein geteiltes Grundverständnis, wie wir das eine mit dem anderen verbinden; für ein gutes, lebenswertes Leben für alle auf diesem Planeten.

Auf einen ganz kleinen Teil in diesem großen Bogen der Transformation möchte ich heute stellvertretend eingehen: Wie Coaching zu dieser bemerkenswerten Entwicklung beigetragen und dadurch viel gewonnen hat.

Menschliche Einzigartigkeit ist zum Vorteil geworden

Damals, 2025, erschienen uns die Entwicklungen in Sachen Coaching-Bots, Selbstcoaching mit KI-gestützter Bildarbeit, Mentoring-Avatare etc. rasend schnell. Im Wochentakt kam etwas Neues, Atemberaubendes daher. Viele fragten sich: Wird das alles uns menschliche Coachs bald völlig verdrängen? Heute ist Mainstream, was damals erst neu begriffen werden musste – menschliche Coachs haben, was eine KI niemals haben wird:

- Wir haben einen lebendigen, biologischen Körper.
- Damit geht die Fähigkeit einher, lebendige Vorgänge zu spüren, zu fühlen und subjektiv zu durchleben.
- Damit verbunden: ein Bewusstsein.

Als Menschen könn(t)en wir wirklich leben, wenn wir uns darauf einlassen. Die KI kann immer nur so tun als ob. Wir können uns und unser Leben tatsächlich mit allen Sinnen erfahren, daran leiden und uns daran freuen. Dank unseres Körpers können wir tatsächlich mit anderen Menschen biophysikalisch mitschwingen, in Resonanz gehen, Empathie, Mit-

freude und authentische Begegnung genießen – und damit wiederum andere anstecken.

Dadurch können wir Menschen uns dieser Lebendigkeit bewusst sein und im Lauf der Zeit ein tieferes Verständnis davon entwickeln, was dieses Leben in aller subjektiven Einzigartigkeit und Vorläufigkeit ausmacht und lebenswert macht.

Die KI kann die sprachlichen Vorgänge simulieren, mit denen wir das alles beschreiben würden. Sie erlebt jedoch nichts davon selbst und wird das mangels eines lebendigen Körpers, Sinnesystems und Bewusstseins auch niemals können.

Reifer Umgang mit KI

Zugleich lassen wir uns heute von Künstlicher Intelligenz in Bereichen unterstützen, die wir kurioserweise lange für besonders menschlich hielten und deshalb zum Teil in verzweifelten Rückzugsgefechten als „unsere Domänen“ verteidigten. KI kann beispielsweise kluge Fragen und Impulse setzen, die uns

- beim Sortieren unserer Gedanken helfen und komplexe Situationen strukturieren und ordnen;
- auf kreative neue Ideen bringen können;
- in die Tiefe führen und überraschende Zusammenhänge aus bisherigen Arbeits- und Gesprächsinhalten herstellen können, die uns vorher nicht bewusst waren;
- in Kombination mit Gadgets und Wearables gesundheits-, leistungs- und coachingrelevante Daten liefern (zu unserer Herzratenvariabilität, unserer Schlafqualität, unserer Aufmerksamkeitsspanne etc. etc.);
- beim Tracking von Umsetzungsvorhaben unterstützen.

Wir tun das auf Servern, die in unverbrüchlich demokratischen, rechtsstaatlichen Ländern stehen, mit KI-Systemen, die mit Material trainiert wurden, das eine plura-

listische, freie und menschenfreundliche Gesellschaft widerspiegelt.

Menschsein und Technologie verbinden – mit einer klaren Ausrichtung

Als Coachs haben wir die KI an vielen Stellen in unsere Prozesse integriert. Vieles wird dadurch effizienter, flexibler, zeit- und ortsunabhängiger. Wir tragen mit unserer Art der KI-Nutzung dazu bei, dass es auch für unsere Klienten und Klien-

tinnen klar und erlebbar wird: Da ist ein Mensch, der neben vielen anderen Tools auch KI-basierte Tools professionell einsetzt. Als Tool, und nicht als „Kollegin“ oder gar allwissende Instanz. Wir tragen heute vor allem dazu bei, dass Menschen ihre spezifisch menschlichen

Fähigkeiten wiederentdecken und weiterentwickeln, um sich ganz auf ein erfüllendes und erfülltes schöpferisches Leben einzulassen.

Äußerlich betrachtet ist unsere heutige Welt gefährlicher als sie es 2025 war. Dennoch ist über die Jahre diese neue, tatkräftige Zuversicht gewachsen. Es gibt viele Orte voll ko-kreativer Intelligenz und eine erstaunlich verbreitete innere Sicherheit. Jede Generation hat ihre Aufgaben, heißt es. Wir stellen uns den unseren. ☰

Würde all das atemberaubend Neue die menschlichen Coaches bald völlig verdrängen?

