

«Ich übe auch noch!»

Vor diesem konsternierten Schweigen fürchte ich mich stets – dann liegt jeweils ein Hauch von Impostor-Syndrom in der Luft. Was war passiert? Ich hatte soeben eine meiner erfolgreichsten Coaching-Interventionen angewandt.

Peter Näf

Zürich, August 2026

Zur Vorgeschichte: Marjana (Name geändert) war eine Kundin im Outplacement. Nach erfolgreichen Jahren im gleichen Unternehmen musste sie sich aus wirtschaftlichen Gründen umorientieren. Ich war beeindruckt von dem, was sie in ihren jungen Jahren erreicht hatte. Sie war ehrgeizig, leistungsorientiert und – wie sich in unseren Gesprächen zeigte – etwas gnadenlos mit sich selbst.

Karriere: ein Marathon – kein Sprint

Sie erzählte über ihre Erfolge, als wäre das alles gar nichts. Irgendwann sagte ich zu ihr: «Marjana, ich wünschte mir, Du wärest nur ein halb so grosser Fan von Dir, wie ich es bin.» Ihr abwesend an mir vorbeizielender Blick drückte Unverständnis aus. Viele meiner Kundinnen und Kunden halten ehrliche Anerkennung zunächst für Coaching-Schmeichelei.

In der Auseinandersetzung mit ihrer Persönlichkeit zeigte sich, dass es ihr trotz ihres sicheren Auftretens an Selbstbewusstsein mangelte. Wir arbeiteten intensiv am Thema und ihr wurde bewusst, wie viel Entwicklung noch vor ihr lag. Für selbstkritische Menschen ist ein stabiles Selbstbewusstsein keine Eigenschaft, sondern ein lebenslanges Trainingsprogramm.

Dann sagte ich den Satz, der das in der Einleitung beschriebene Unbehagen auslöste: «Mach Dir nichts draus: Ich bin fast doppelt so alt wie Du und ich übe immer noch.»

Die Illusion des Ankommens

Auch wenn ich mir über die Jahre ein gutes Selbstbewusstsein aufgebaut habe, schwankt es manchmal. Ich konnte mir gut vorstellen, was ihr durch den Kopf ging: «Jetzt stelle ich mir einen Coach zur Seite und der ist auch noch nicht fertig.»

Wir führten anschliessend eine interessante Diskussion über Entwicklung und Ankommen. Auch ich ver falle manchmal der Illusion, nach einem bestimmten Ereignis – Studienabschluss, Start der Selbständigkeit – sei ich endlich angekommen. Um dann festzustellen: Hinter jedem überwundenen Hügel wartet bereits der nächste. Es gelingt mir immer öfter, die Illusion des Ankommens loszulassen und Freude daran zu haben, einfach unterwegs zu sein.

Letztlich sind mir meine Kundinnen und Kunden nach der anfänglichen Irritation immer dankbar, wenn ich den vermeintlichen Supercoach-Dress ausziehe und zeige, dass ich mit den gleichen Problemen kämpfe wie jeder andere Mensch – denn es sind menschliche Probleme. Auch mir tut es gut, wenn Menschen in meinem Umfeld zwischendurch den Blick hinter ihre souveräne Fassade zulassen.

Am Schluss der Sitzung musste Marjana selbst lachen über ihren riesigen Selbstanspruch. Sie schien sich auf den Gedanken einzulassen, dass Entwicklung immer weitergeht. Und gleichzeitig glaubte ich, ihre leise Hoffnung wahrzunehmen, dass es bei ihr anders sein könnte. Das ist ok. Das ist das Privileg der jungen Jahre.

[#karriere](#) [#karrieregestaltung](#) [#persoenlichkeitsentwicklung](#)

Weitere Artikel zu Karrierethemen
finden Sie auf meiner Homepage
<https://karrierecoaching.ch/artikel/>

