

# Cross road therapy



**Evelyne Coën führt seit 1992 ein sehr erfolgreiches Beratungsunternehmen – «Cross-Roads» – und ist ein gefragter Coach. Ihr Angebot umfasst sowohl Einzelberatungen wie auch Seminare. Im In- und Ausland hält sie an Kongressen Vorträge und Workshops zu Themen wie Management und Ethik, Geld und Manipulation, Jugendthemen und Visionen. Sie ist in einem kulturell sehr vielseitigen Umfeld aufgewachsen und war lange Zeit als Sängerin, Schauspielerin, Regisseurin und als Tanztherapie-Lehrerin tätig. Ihre Studien in Psychologie, Ethologie und systemischer Therapie sowie gewaltfreier Kommunikation sind ihr ein wertvoller Werkzeugkasten.**

## **Evelyne Coën, können Sie sich in einigen Worten persönlich vorstellen?**

Ich bin eine Frau, die sich seit Kindertagen für Gerechtigkeit, Freiheit und Liebe einsetzt. Bereits als Kind konnte ich es nicht ertragen, wenn man schwächere Kinder oder Tiere quälte und auf meine Weise setzte ich mich stets für sie ein. Später, als Mutter von zwei Töchtern, liess ich es nicht zu, dass sie in der Schule zu leiden hatten, und nahm sie aus der Staatsschule. Sie verbrachten darauf glückliche Jahre in einer neu gegründeten Freien Schule, in der ich mich selbst stark engagierte. Im Verlaufe der Jahre habe ich festgestellt, dass mit sich selbst zufriedene Menschen nicht gewalttätig sind. In vielen Gesprächen mit Menschen, die ich als Beraterin begleite, stelle ich fest, dass Ungerechtigkeit, Rücksichtslosigkeit oder Gier von Menschen ausgehen, die sich selbst verleugnen und ein fremdbestimmtes Leben leben. Sie sind so unglücklich, dass sie ihre eigene Frustration weitergeben. Und weil ich eine Frau bin, die ungebrochen an das Gute im Menschen glaubt und es auch täglich erlebt, begleite ich Frauen und Männer, die ihr Leben so gestalten wollen, dass sie sich selber mögen können und sich an dem, was sie tun, erfreuen. Denn auch dies werden sie weitergeben.

## **Sie haben in Ihrem Leben mehrmals den Schritt zu einer Neuorientierung gewagt. Woher haben Sie denn den Mut dazu genommen?**

Als Kind und junge Frau erlebte ich, was es bedeutet, Gewalt erleiden zu müssen. Jedesmal aber, wenn ich mich auf das konzentrierte, was mir gut tat, oder was ich selber fühlte und wollte, konnte ich mich aus der Verzweiflung retten. Dies gab mir den Mut, auch sehr schwierige Neuanfänge zu wagen. In dem Masse ich in mir selbst ein Selbstvertrauen entwickelte, in dem Masse wuchs auch mein Mut. Durch meinen unbändigen Willen, eigene Klarheit zu gewinnen, lernte ich zu unterscheiden, was mir wiederum innere Freiheit schenkte. Und Freiheit macht Mut.

## **Wie kam es dazu, dass sie heute als Beraterin wirken?**

Als ich 1987 als Personalberaterin tätig war, begegneten mir täglich Menschen, die mit ihrer Berufswahl sehr oft gar nicht zufrieden waren. Sie hatten sich aber daran gewöhnt zu resignieren. Ich begann eine «Privatstudie» zu machen und

stellte meinen Kunden u.a. die Frage: Was würden Sie denn tun, wenn Sie tun könnten, wie Sie gerne möchten?». Nach drei Jahren, in denen ich hunderte von Antworten erhalten habe, die mir zeigten, dass wir eine andere Welt hätten, wenn wir aufeinander hören würden und wir unsere Lebensvisionen erfüllen würden, beschloss ich eine Firma zu gründen, die die Menschen zu ihren Träumen hin begleitet. So entstand meine Firma Cross-Roads. **Personalcoaches sind seit einiger Zeit im Trend; was sind denn Ihrer Meinung nach die Gründe dafür?**

Einer der wesentlichen Gründe dafür ist, dass wir es nie lernen durften, oder sehr schnell verlernen mussten, auf uns selbst zu hören. Unseren eigenen Interessen nachzugehen, statt z.B. gehorsam in Schulbänken (selbst in Universitäten ist eigenes Denken nicht immer gefragt!) sitzen zu müssen, nur um Stoff zu bewältigen, und zwar so, dass er ja nicht in Bezug zu unserer Seele tritt. Irgendwann haben wir uns dann so verloren, dass wir jemanden suchen, der uns den Weg weist. Was wiederum die Gefahr der Manipulation birgt.

## **Welche Philosophie vertreten Sie mit Ihrem Angebot?**

Wenn Menschen ihre Würde leben dürfen, von Kleinkind an, dann entwickeln sie die Fähigkeit, sich selber zu sein und diese Welt zu erhalten.

## **Worin unterscheiden Sie sich von anderen Coaching-Firmen?**

Ich will Menschen nicht an den Wahnsinn unserer Zeit anpassen. Gebe also keine Strategien, um zerstörerischen Stress nur kurzfristig übertünchen zu können. Vielmehr erarbeite ich konkrete neue Wege gezielt für das dringendste Anliegen, und baue mit meinem Kunden gleichzeitig einen Weg für die weitere Entwicklung. Und ganz wichtig: ich richte mich nach keinen vorgefassten Dogmen und trennenden Ideologien, sondern öffne und offenbare unbewusste und hindernde Glaubenssätze. So kann in jedem Fall die Würde und die Freiheit des einzelnen Menschen gewahrt werden.

## **Wer sollte sich denn von Ihnen beraten lassen?**

Frauen und Männer, die spüren, dass mehr in ihnen steckt als sie leben,

und die Träume in sich tragen und daran denken sie zu realisieren. Menschen, die etwas ändern wollen in ihrem Leben. Teams, die zerstritten sind aber ihrem Projekt treu bleiben wollen. Führungskräfte, die ihre Entscheidungen überprüfen möchten.

## **Kann es sich heute ein Kadermitglied überhaupt noch leisten Mitgefühl oder Authentizität zu haben und zu leben?**

Schon diese Frage zeigt, wohin wir uns manövriert haben. Ohne Mitgefühl zerstören wir unsere Welt - und uns. Wir dürfen und müssen es uns leisten authentisch und mitfühlend zu sein!

## **Denken Sie, dass das berufliche Umfeld massgebend Einfluss hat auf das Wohlbefinden?**

Natürlich!

## **Welchen Stellenwert nimmt Wellness für Sie ein?**

Einen sehr grossen. Richtig verstanden bildet es die Grundlage für eine erfolgreiche und effiziente Handlungsfähigkeit. Für mich bedeutet es z.B. täglich im Wald aufzutanken und in der Stille sein zu können.

## **Was bedeutet es für Sie, «in Form» zu sein?**

Glücklich sein.

## **Haben Sie ein spezielles Morgenritual?**

Eine Stunde früher als nötig aufzustehen, um einfach nur Zeit zu haben.

Evelyne Coën wir bedanken uns ganz herzlich für dieses Interview!