

Rezensionen von Buchtips.net

Martin Hartmann: Krisen bearbeiten – in Krisen Coachen

Buchinfos

Verlag: [Beltz \(weitere Bücher von diesem Verlag zeigen\)](#)
Genre: [Sachbuch](#)
ISBN-13: ([bei Amazon.de bestellen](#))
Preis: 39,95 Euro (Stand: 23. August 2025)

Treffende Worte an die Hand gegeben

In Beratung und Coaching wird, naturgemäß, viel geredet. Und doch ist es oft ein Moment, ein Augenblick, eine Bemerkung, gar nur ein Wort, das in einer Beratung, Therapie oder Coaching einen Meilenstein darstellt, das Innere in Bewegung zu setzen vermag.

Das ist die Erfahrung, aus der Martin Hartmann heraus "Sprachbilder" als Instrument bestens vorlegt. Denn "ein richtig guter Satz, ein komplexes, vielleicht auch verstörendes Zitat oder ein quergedachter Spruch erzeugen ebenfalls eine Menge Bilder im Kopf! Wirkungsvolle. Sätze erschaffen ganz Bildwelten". Aus der Praxis für die Praxis legt Martin Hartmann deshalb in bester Weise 60 "Sprachbilder" in Kartenform vor Augen, aus denen sich im Verlauf der Beratung dann selbstredend Bilderwelten entfalten können und damit Entwicklungen auf den Weg zu bringen vermögen.

Worte, die Martin Hartmann aber nicht nur zusammenstellt für den professionellen Rahmen, sondern die auch für eine erste Form des "Selbstcoachings" Andenken. Und ebenso für Hilfe. Im Freundes- und Bekanntenkreis, wenn Krisen anstehen. Krisen verstanden als Anlass zur Entwicklung natürlich. Aber gerade um. Hier einen roten Faden in belasteten Situationen zu erhalten dienen griffige Formulierungen und treffende Zitate sehr gut.. Wobei die Karten auch eine Hilfestellung dafür natürlich geben, das einem ja oft genau dann die treffenden Worte fehlen, "wenn es darauf ankommt".

Den Phasen einer Krise stellt Hartmann dabei seine 60 Karten thematisch geordnet gegenüber. Gefühlschaos als erster Reflex auf eine. Eintretende Krise, diese dann lernen, zu benennen und zu akzeptierendes hin, aus der Krise Folgerungen zu ziehen und in eine Veränderung einzutreten, für jede der verschiedenen Phasen mit ihren verschiedenen emotionalen Situationen und vordergründigen Themen legt Hartmann Zitate, griffige Formulierungen, Sätze vor. Die an sich bereits wirken und dann mittels der Erläuterungen und komprimierten Hinweise auf den Rückseiten der Karten zur Vertiefung. Und konkreten Klärung beitragen.

Eine sehr praktische und hilfreiche Sammlung von "Instrumenten in und gegen eine Krise", die auf den Ebenen professioneller Beratung ebenso funktioniert, wie bei der Selbstberatung und der Hilfe im Umfeld. "Es auf den Punkt zu bringen" löst umgehend Assoziationen und Erkenntnisgewinnung aus, mithilfe dessen aus einem zermarternden Kreislauf der Gedanken je ein Schritt nach vorne gemacht und gewagt werden kann.

9 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von [Lesefreund](#)
[16. März 2021]