

»Drinnen üben, draußen können!«

Carmen Thomas: von Funk und Fernsehen zu Coaching und Mediation

Der Kniff »Qualifizieren durch Engagieren – drinnen üben, draußen können« begleitete das Leben von Carmen Thomas. Seit einiger Zeit gibt sie ihn auch weiter: Hochdiskret coacht Carmen Thomas seit 1980 nicht nur Persönlichkeiten in Top-Positionen. SeminarisExpress sprach mit der Moderatorin, Mediatorin, Redakteurin, Kommunikations- und Coachingexpertin sowie Bestseller-Autorin.

Frau Thomas, ihre Moderations-Akademie hat viele Mitbewerber. Was unterscheidet Sie, was machen Sie anders als andere?

Seit sieben Jahren ist das Andere, einen neuen Begriff von Professionalität auch für die zugänglich zu machen, deren Instrument der Mund ist. Das heißt, »Profis« und »professionell« stehen dann nicht für »prima sein«, sondern vielmehr für den sokratischen Trainings-Ansatz von Virtuos-inn-en mit ihrer Tages-Trainings-Haltung. Devise: »Wer glaubt, etwas zu sein, hat aufgehört, etwas zu werden«.

Und das bedeutet konkret? Welche Bereiche sind Ihnen besonders wichtig?

Es sind fünf Bereiche besonders anders.

Erstens: Fair, verbindlich, freudig wie »Spiel« – also methodisch statt charismatisch führen und mitmachen trainieren lernen. Das hat unter anderem den Effekt, Zeitklau, Domi-

nanz, Zurückhalten, Schweigen und Drückebergerei systematisch stoppen zu können.

Zweitens: Weil ein einziger Job heute nicht mehr bis zum 100. Geburtstag reichen wird: Zweite Stand-Beine systematisch nebenbei entwickeln – etwa für Moderation und Mediation, für Training und für Coaching.

Drittens: Neue, lustmachend-koaktive Veranstaltungs-Formen mit Dauer-Wirkung für den eigenen Alltag vermitteln und durchführen – können.

Viertens: Professionell Lampenfieber in Vorfreude wandeln und Auftritte gewinnend aus dem Stand gestalten können. Am Eigen-Bedarf in täglich drei Minuten trainieren, wie sich persönliche, soziale und kommunikative Profi-Kompetenzen schrittweise und spürbar ausbauen lassen.

Fünftens: Unter dem Motto »Qualifizieren durch Engagieren – drinnen üben, draußen können« den Umgang mit sich selbst und mit Gruppen jeder Größe schrittweise in zwei Stunden-Trainings autonom professionalisieren können.

Zugleich durch wirkungsvolle Profi-Demographie-Trainings Halt in Dauer-Netzwerken schaffen. Dabei eigene Praxis-Visionen für Jung und Alt – besonders ab 50+ – ein- und durchführen können. Daran wird mit großem Vergnügen bereits seit 1976 beständig fast jede Woche zwei Stunden weitergefeilt.

Wie sind Sie zu diesem Ansatz gekommen? Wenn Sie von 1976 sprechen, gab ihn ja zumindest ansatzweise schon vor Gründung Ihrer Akademie ...

Angefangen hat alles damit, dass ich schon ab dem zweiten Jahr als erste Moderatorin beim ZDF-Sportstudio im Hintergrund begann, ein Vermögen für meine eigene Fortbildung bei Koryphäen auf der ganzen

Welt zu investieren. Und ich rief von 1976 an mit einer Gruppe von elf Hausfrauen eine der ersten Selbst-Hilfe-Gruppen des Landes ins Leben. Die Gruppe entwickelte sechs Jahre lang jede Woche zwei Stunden ohne zu bröckeln das Profi-Rollenpiel als ebenso lustige wie tiefgreifende Selbst-Entwicklungs-Lern-Methodik weiter. Die Frauen lernten, Konflikte spielerisch zu klären und selbst dabei authentisch sicherer zu werden. Die Gründerin lernte – außer Rollenspiel – systematisch eine methodische Kommunikations-Expertin zu werden.

Was sicherlich nicht unwichtig war für Ihre Karriere beim WDR?

Von 1974 an war durch die erste öffentliche Mitmach-Sendung im Rundfunk wichtig, das zu trainieren, was mich seither durch diese und durch weitere Gruppen bewegte und bewegt: der professionelle Umgang mit Klein- und Groß-Gruppen, mit Massen-Publikum in öffentlichen Veranstaltungen und der WDR-Sendung »Hallo U-Wagen« – die war ab 1974 auf den Tag zwanzig Jahre lang jede Woche drei Stunden ein facettenreiches Lern-Feld. Auch durch das Training gelang es zunehmend immer leichter – trotz heißer Zeiten –, sie fast ganz störungsfrei moderieren und weiterentwickeln zu lernen.

Eine Fähigkeit, über die Sie auch heute noch verfügen – und weitervermitteln.

Ja, den »Kniff«, mit der »Aktion zwei Stunden« Geben und Nehmen und durch »Qualifizieren durch Engagieren« mit »draußen üben, drinnen können« sich selbst in Balance zu halten, habe ich beibehalten. Sie begleitet seither mein Leben. Sie wurde zu einer Methode, die dazu taugt, eigene Ideen zu entwickeln und Projekte dann allein oder mit anderen in die Praxis umzusetzen. Eines der eigenen Ergebnisse aus der »Aktion zwei Stunden« ist – neben anderen Aktivitäten, außerhalb der redaktionellen Aufgaben – auch die Gründung der 1. Moderations-Akademie für Medien und Wirtschaft 2001.

Wer kommt zu Ihnen und Ihrer Aka-



Die Abbildung des Turms der Moderations-Akademie veranschaulicht das Phänomen des Coachings. Carmen Thomas: »Das Bild wird durch die Spiegelung schärfer als die Wahrnehmung der Wirklichkeit!«

mie geführt? Gab es einen konkreten Anstoß?

Ab 1980 hatte ich das Glück, dass mich ein besonders einflussreicher Mensch unseres Landes anrief und sagte: »Ich höre, wie Sie im Radio zu schwierigen Menschen nett bleiben und aus dem Dummnen, was da oft geäußert wird, noch kluge Dinge heraus hören können. Es scheint, das hat Methode. Ich möchte das auch können. Denn ich reagiere häufig unwirsch. Und das führt allenthalben zu Gesichts-Verlusten«.

Dieser Mensch wurde mein erster Coachee. Seither coache ich diskret Menschen in – herausgehobenen – Führungs-Positionen. Seit der Akademie-Gründung ist öffentlich geworden, dass ich solche Arbeit im Hintergrund schon seit 1976 tue und seither selbst beständig lerne und lehre und öffentlich in Sendungen und unterschiedlichen Veranstaltungen aller Art weiterprobiere und weiterwache. Dadurch kommen immer mehr Menschen aller Altersgruppen, die auf ihre eigenen Selbst-Entwicklungs-Chancen neugierig sind.

Was für Abschlüsse bietet die Akademie?

Zertifikate gibt es für den »Profi-Kommunikations-Führerschein«, die »Profi-Kommunikations-Lizenz« und 2-Stand-Bein-Fortbildungen für Moderation, Mediation, Coaching und Training. Für Fortbildungen, die in Kooperation mit der IHK stattfinden, gibt es Bescheinigungen der IHK. Coaching ist diskret oder mit Bescheinigung.

Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, in den Journalismus zurückzukehren?

Es ist ein solches Vergnügen und Privileg, praktisch Menschen nützen und in einer Balance von Geben und Nehmen selbst dabei beständig dazulernen zu können. Das erscheint mir heute noch erfüllender für beide Seiten als bei den ebenso herausfordernden wie privilegierten Sportstudio- und »Hallo-U-Wagen«-Sendungen, die ich auf keinen Fall als lebens- und arbeits-verändernde Schritte missen mag.

Frau Thomas, vielen Dank für das Gespräch!

www.moderationsakademie.de

Kurz-Vita

Geschäftsführende Direktorin der 1. Moderations-Akademie für Medien + Wirtschaft (seit 2001).

Moderatorin, Mediatorin, Redakteurin und Programmgruppenleiterin (WDR 1968-2006).

Erste Moderatorin einer deutschen Sport-Sendung (ZDF 1973 + 74).

Erfind die erste systematische Mitmach-Sendung im Rundfunk (WDR »Hallo U-Wagen«, wöchentlich 20 Jahre, 1974-94). Top-Coaching- + Kommunikations-Expertin (seit 1980).

Kolumnistin + Bestseller-Autorin (14 Bücher – wie »Die Hausfrauengruppe«, »Liebe Gabi« oder »Willi, kannz mich hören«).