



Går man ned med stress, er en mulighed for behandling life-coaches, men flere eksperter advarer om, at danske coaches i mange tilfælde ikke har den fornødne viden og uddannelse til at tackle problemerne – og endda kan være med til at forværre symptomerne.

Foto: Colourbox

Hvad er coaching?

■ En coach – en træner – er en person, som hjælper andre personer med at sætte sig et mål og nå dette. Begrebet stammer oprindeligt fra sportens verden, men bredte sig særligt i 1990'erne til erhvervslivet i USA, hvor virksomhedsledere hyrede coaches til at rådgive sig i karrieren. Siden har coaching spredt sig til andre områder og lande, og fænomenet er slået stærkt igennem i Danmark i de seneste fire-fem år. Danskerne tilbydes coaching i både karriere og privatliv.

kkh

Advarsel mod dårligt uddannede coaches

PROBLEMATISK. For mange coaches i Danmark tilbyder hjælp til stress og andre alvorlige diagnoser, som de ikke er uddannet til at klare. Det kan skabe farlige situationer og forværre symptomer, advarer eksperter og foreninger, der er stødt på flere grelle eksempler.

Af Kasper Krogh og Lene Frøslev

Danske coaches tilbyder i for høj grad coaching mod lidelser, de ikke er uddannet til at tage sig af.

Utallige såkaldte life-coaches tilbyder hjælp til danskere, der føler sig stressede eller ude af balance. Vejen ud af dette er – ifølge coachesne – en konsultation hos en coach, men symptomerne kan skyldes alvorlige diagnoser som farlig stress, angst eller depression, og langt fra alle coaches har den faglige bal-

last til at håndtere disse ting. Det kan give dårlige oplevelser eller sågar forværre tilstanden hos dem, der opsøger en coach for at få hjælp, lyder advarslen fra flere sider:

»Vi blev eksempelvis kontaktet af en kvinde, som var brudt helt sammen og havde udviklet en decideret depression, fordi en stress-coach stillede for store krav til hende under behandlingen af en stress-diagnose. Hun skulle have haft professionel hjælp frem for coaching i den situation,« siger Birgitte Larsen fra Stressforeningen, der i øjeblik-

ket hjælper 13 personer efter besøg hos en stress-coach.

Stressforeningens formand advarer direkte mod coachmarkedet, der er vokset eksplosivt i de seneste år:

»Det er et alvorligt problem, at mange slår sig op som stress-coaches uden at have den rette uddannelse. Coaching er et meget kraftigt redskab og stress en meget alvorlig tilstand, hvis man bliver ramt. Derfor skal man træde meget varsomt og sikre, at man gør det rette som coach. Men mange coaches er meget sultne efter at gøre forretning, fordi der er kommet så mange om buddet, og vi råder derfor folk til at se sig rigtig godt for, når de bevæger sig ud på det marked,« siger hun.

Mangelfuld uddannelse
Også psykologernes forening

advarer mod coaches, der ikke har den fornødne uddannelse:

»Mange coach-uddannelser herhjemme er for korte og stiller ikke krav om, at folk skal have en relevant faglig baggrund, før de kan få titlen coach og tilbyde coaching. Det betyder, at mange ikke ved nok om, hvornår de skal gå ind og coache, og hvornår de skal lade være,« siger Ebbe Lavendt, der er erhvervspsykolog i virksomheden Reframe og formand for Selskab for Evidensbaseret Coaching (SEBC), der er stiftet under Dansk Psykolog Forening.

Selskabet arbejder bl.a. for et mere gennemsigtigt coachmarked. Også han har set tilfælde, hvor en behandling hos en coach er endt i en dårlig oplevelse eller forvær-

ring af en klients problemer.

Efterlyser retningslinjer

Der findes ikke en samlet klageinstans, hvis man føler sig dårligt behandlet hos en coach, og derfor er der ikke samlede tal for, hvor mange der er utilfredse med et coaching-forløb. Men både landets psykologer og psykoterapeuter forventer, at der vil komme flere eksempler fremover. Dansk Psykolog Forening har stiftet SEBC – bl.a. i håb om at skabe klarhed på coachmarkedet, og Psykoterapeut Foreningens etiske udvalg er ved at udarbejde etiske retningslinjer for coaching.

Birgitte Larsen fra Stressforeningen efterlyser statslige retningslinjer for både uddannelse og arbejdet:

»Jeg så meget gerne, at der var retningslinjer fra ministe-



riel side for, hvad man må og ikke må som coach, og hvad det kræver af uddannelse. Det ville gøre det nemmere for alle at overskue det grå marked.»

Velfærdsministeriet oplyser, at der ikke er aktuelle overvejelser om at lave fælles retningslinjer for uddannelse af coaches.

kkh@berlingske.dk
lf@berlingske.dk