



Melanie Kerski – Mittelweg 1 – 26316 Varel - mobil: 0163-7485756 - info@hof-mehrwert.de
www.hof-mehrwert.de

Präambel

Coaching-Verständnis und Coaching-Ablauf

Das Coaching-Verständnis Coaching ist eine individuelle prozessbetonte Beratungsform zur Unterstützung, Förderung und Entwicklung von Einzelpersonen oder auch von Gruppen oder Teams.

Als Business Coaching findet die Beratungsleistung in Organisationskontexten statt und ist auf die berufliche Rolle des Klienten/ der Klientin fokussiert. Meist wird das Coaching zwischen Unternehmensvertreter:in (Auftraggeber:in), Klient:in und Coach vereinbart.

Als Personal Coaching ist das Coaching weniger fokussiert auf einzelne Rollen. Hier werden auch private Themen erörtert. Auftraggeber:in ist meist der Klient/die Klientin selbst.

Coaching ist immer ein freiwilliger Prozess, der auch vonseiten des Klienten/der Klientin aktiv und selbstverantwortlich unterstützt wird. Das Ziel der gemeinsamen Arbeit zwischen Klient:in und Coach ist eine Verbesserung der Handlungsfähigkeit durch die Förderung von Selbstreflexion, Selbstwahrnehmung, Selbstbewusstsein, Selbstwertgefühl und Selbstverantwortung des Klienten/der Klientin.

Coaching ist keine Expertenberatung (oder nur in Ausnahmefällen) und ersetzt keine Feldkompetenz und Verantwortungsübernahme in der Steuerung wirtschaftlicher und personaler Handlungen in Unternehmen: Entscheiden und handeln müssen die Klient:innen in ihren Organisationen oder Lebenszusammenhängen selbst. Ein Coach kann lediglich dabei helfen, Entscheidungen und Handlungen der Klienten/Klientin im Nachhinein oder im Voraus zu reflektieren oder zu „erproben“.

Coaching ist keine Psychotherapie – also keine Behandlung psychischer Leiden und Störungen – und kann Psychotherapie auch nicht ersetzen.

Der normale Ablauf eines Coachings kann so aussehen:

1. Bedarf: Auftraggeber:in und Klient:in entdecken einen Coaching-Bedarf oder den Wunsch nach individueller Förderung und Unterstützung in einem spezifischen Coaching-Anliegen und einigen sich hierüber. (Im Personal Coaching sind Auftraggeber:in und Klient:in i.d.R. dieselbe Person.)
2. Auftragsklärung: Zusammen mit dem Coach legen Auftraggeber:in und Klient:in das Ziel des Coachings fest. In dieser Phase soll bereits erkennbar werden, ob Auftraggeber:in und Klient:in den Coach als kompetent, hilfreich und vertrauensvoll wahrnehmen (psychologische

Vertragsvoraussetzungen) und ob die formalen Voraussetzungen der Zusammenarbeit aus Sicht aller drei Parteien gegeben sind.

3. Vertrag: Auftraggeber:in und Coach schließen einen formalen Coaching-Vertrag (Coaching-Rahmenvereinbarung zwischen Auftraggeber:in und Coach). Alle drei Parteien treffen nun eine schriftliche Vereinbarung, in der das Ziel, die ungefähre Dauer der Maßnahme oder Sitzungshäufigkeit und anderes festgelegt werden.

4. Ist-Soll-Differenz: Klient:in und Coach erheben eine Analyse des Istzustands: Auf welche Weise stellt sich das Anliegen genau dar? Die „Landkarte“ wird erkundet: Welche Begabungen, Neigungen, Werte, Muster, Zusammenhänge, Gefühle, Gedanken, Interaktionen existieren? Klient:in und Coach formulieren den Sollzustand: Was genau ist das Ziel des Klienten/der Klientin in Bezug auf das Coaching-Anliegen? Der Abstand bzw. die Differenz zwischen Ist und Soll wird erkundet.

5. Lösungswege finden: Klient:in und Coach entwerfen Lösungswege, die vom Ist- zum Sollzustand führen. In dieser Phase werden auch die erforderlichen Interventionen, Verfahren, Tools und dergleichen besprochen, die hilfreich erscheinen.

6. Veränderungsangebote: In der Phase der Interventionen wird der Lösungsweg (mit allen Hindernissen, Seitenstraßen, Sackgassen) besritten. Interventionen können sein: zielführende Gespräche, Aktionsmethoden aus den systemischen Verfahren, Imaginationenverfahren, kognitives Umstrukturieren, „Hausaufgaben“ u.a.

7. Zielerreichung: Wenn das Ziel überprüfbar (messbar, von außen und innen erkennbar) erreicht ist, kann der Klient/die Klientin den Arbeitsprozess integrieren.

8. Take-home, Ausblick: Im Abschlussgespräch setzen sich Klient:in, Auftraggeber:in und Coach erneut zusammen und besprechen, in welchem Umfang das Ziel erreicht wurde und welche Maßnahmen erforderlich sind, um die Veränderung langfristig zu sichern. In diesem Abschlussgespräch wird der Auftraggeber/die Auftraggeberin nur über „Eckpunkte“ informiert – selbstverständlich niemals über vertrauliche und persönliche Details des Klienten/der Klientin (siehe §7 des Vertrags).