



Definition des Coachingverständnisses

Was ist Coaching?

- Ein freiwilliges, auf die aktuellen Bedürfnisse zugeschnittenes Unterstützungsangebot.
- Coaching ist gemäss vorgängiger gemeinsamer Vereinbarung thematisch und zeitlich begrenzt.
- Der Coachee (Klient) erarbeitet aktiv mit dem Coach seine ideale, individuelle Antwort resp. Lösung.
- Der Coachee setzt die Lösung anschliessend selbständig im Alltag um.
- Coaching ist somit anspruchsvolle, konstruktive Hilfe zur Selbsthilfe.

Welche Einsatzgebiete gibts im Coaching?

- Privat**
 - Persönlichkeitsentwicklung
 - Lebensphasengestaltung
 - Beziehungsarbeit
 - etc.
- Beruf**
 - Themen**
 - Führungsverhalten
 - Karriereplanung
 - Work-Life-Balance
 - Burnout
 - Mobbing
 - Umgang/Vorbeugung Konflikte
 - Arbeitsorganisation
 - Berufswahl
 - etc.
- Unternehmung**
 - Strategie- und Kulturentwicklung
 - Teamentwicklungen
 - Kundenorientierung
 - etc.

Wo liegen Unterschiede zu anderen Betreuungsformen?

- Zwischen dem Klienten und mir besteht eine professionelle, gleichberechtigte Beziehung, eine Begegnung auf Augenhöhe mit dem gemeinsamen Ziel: Erfolg für den Klienten.
- Der Coachee ist verantwortlich für den Inhalt/Lösungsfindung, während ich als Coach zuständig für den Prozess/Ablauf bin.
- Der Blick ist zukunftsgerichtet, in Richtung lohnende, positive Zukunft mit der bevorstehenden Zielerreichung.
- Der Prozess findet im sogenannten Coachingsystem statt, während der Klient danach die Umsetzung selbständig im Alltag vornimmt.

Wo liegen die Grenzen im Coaching?

- Coaching kann keine Krankheiten heilen. Somit empfehle ich bei Krankheitsverdacht den Klienten umgehend einen Therapeuten.
- Coaching kann keinen Menschen gegen seinen Willen dazu bringen, seine Werte, Einstellungen und Verhalten zu verändern.

Welche realistischen Zielsetzungen können im Coaching angegangen werden?

Auf dem Weg zur Zielerreichung erkennen die Coachees oftmals eigene, schlummernde Fähigkeiten, Potentiale und Ressourcen, welche sie danach zur weiteren Leistungssteigerung auch in anderen Situationen einsetzen können.

Welche Nebeneffekte kann Coaching haben?

Zwischen dem Klienten und mir besteht eine professionelle, gleichberechtigte Beziehung, eine Begegnung auf Augenhöhe mit dem gemeinsamen Ziel: Erfolg für den Klienten.