



Coaching - sein, was man ist.

Richtig gut läuft es bei der Arbeit doch, wenn berufliche Anforderungen einerseits und eigene Interessen und Bedürfnisse andererseits unter einen Hut kommen. Aber wie dahin kommen?

Ihre möglichen Anliegen:

In Einzeltreffen gibt es Raum für individuelle Anliegen, z.B.:

- Wie kann ich die Einarbeitung in eine neue Position gut schaffen?
- Wie kann ich meine Rolle im Beruf noch besser ausfüllen?
- Wie kann ich mich im Leitungsteam besser verhalten?
- Wie kann ich mein Verhalten gegenüber Mitarbeitern, Kollegen, Vorgesetzten, Kunden etc. verbessern?
- Wie kann ich lästige innere Bremser überwinden?
- Wie kann ich mich in einer akuten Krise verhalten?
- Wie kann ich zu einem Aspekt größere Klarheit gewinnen?
- Wie kann ich neue berufliche Perspektiven entwickeln?
- ...

Coaching - mein Ansatz:

Führungs-, Karriere-, Entscheidungs-, Konflikt-, Lebens-, Business- oder anderes berufliches Coaching?

Anders als in der "Beratung" entstehen im Coaching die Lösungen durch den Klienten. Die Kunst des Coaches ist es hierbei, ihn darin geschickt zu begleiten, die richtigen Fragen zu stellen und die passenden Methoden vorzuschlagen.

In meinem Verständnis von Coaching begleite ich den Klienten also kritisch-wohlwollend, bin ein Spiegel und versuche Hintergründe und Zusammenhänge zu verdeutlichen, die dem Klienten so zu einer besseren Lösung verhelfen.

Natürlich wird es zu Anfang darum gehen, Anfrage und Hintergrund genauer zu betrachten, also:

- das Anliegen zu konkretisieren,
- das Arbeitsumfeld des Klienten zu betrachten,

b.w.

- ein Ziel für das Coaching zu definieren. In der Regel will der Klient ja in einem Aspekt "besser" werden. Nach meinem Ansatz ist Coaching ein Instrument, um zur individuellen "Größe" zu verhelfen: da in jeder und in jedem von uns ganz unterschiedliche Erfahrungen, Lehrsätze und Potenziale stecken, geht es also darum, im Sinne des definierten Anliegens
- mögliche innere "Bremsen" und "Antreiber" zu erkennen,
- den "guten Grund" hinter den Dingen zu erkennen,
- die dahinterstehende Werte zum Ausgleich zu bringen,
- konkrete Ziele und Methoden zu klären,
- neue Handlungsstrategien zu entwickeln.

Coaching bedeutet also letztlich, das zu entwickeln, was - wenn auch möglicherweise nicht erkennbar - bereits da ist. Es geht darum, authentisch die eigene Rolle zu entwickeln. Darauf aufbauend sind die angestrebten Veränderungen dann ein Kinderspiel...

Mit Coaching wird meistens eine eher kurzfristige Begleitung zu einer fest umrissenen Zielsetzung bezeichnet. Einzel-Supervision meint dagegen eher eine kontinuierliche Begleitung. Aber die Übergänge sind fließend.

Coaching - der konkrete Ablauf:

- In einem telefonischen Vorgespräch klären wir allgemeine Fragen.
- Die Treffen dauern in der Regel zwischen 90 und 180 min. Der Klient entscheidet nach jeder Sitzung, ob und wann er weiter machen will.
- Der Ort wird gemeinsam festgelegt, entweder in meinen Räumen oder beim Klienten.
- Im Verlauf des ersten Treffens gibt es für Sie den "Notausgang": Sie können das Gespräch vorzeitig auch ohne Angaben von Gründen beenden - es entstehen Ihnen dann keine Kosten..
- Das Honorar klären wir im Vorwege, ich habe klare Sätze für Organisationen und biete Rabatt für Privatzahler an. Die Rechnung kommt jeweils am Monatsende.
- Diskretion über alle besprochenen Inhalte ist selbstverständlich.

Coaching - wie jetzt konkret weiter?

Sie sind an einem Coaching interessiert, sind sich aber noch nicht ganz sicher? Mein Vorschlag:

Besprechen Sie unverbindlich (und natürlich unter Wahrung der Diskretion) Ihre Fragen und Ihre Situation per Mail oder Telefon mit mir, wir klären dann gemeinsam das sinnvolle weitere Vorgehen.

Bei weiterem Interesse vereinbaren wir dann einen Termin zum ersten unverbindlichen Kennenlernen und dann zum Einsteigen in Ihr Anliegen.