

## Was kann Coaching leisten und was nicht?

Jeder spricht von Coaching – was ist Coaching überhaupt?

Die Definition von Coaching heute lt. Deutschen Bundesverband Coaching e.V.:

**„Coaching ist die professionelle Beratung, Begleitung und Unterstützung von Personen mit Führungs- / Steuerungsfunktionen und von Experten in Unternehmen / Organisationen. Zielsetzung von Coaching ist die Weiterentwicklung von individuellen oder kollektiven Lern- und Leistungsprozessen bzgl. primär beruflicher Anliegen.“**

### Was bedeutet das in der Praxis?

Ein Coaching ermöglicht **eingefahrene Gleise** zu **verlassen**, **neue Wege** zu **gehen** und **veränderte Perspektiven** und **Sichtweisen** zu entwickeln. Dabei ist der Personenkreis für ein Coaching nicht auf die Führungskräfte eines Unternehmens eingeschränkt.

Coaching bedeutet, den Mandanten/Kunden dabei zu unterstützen,

- Sich über das Ziel klar zu werden
- Zu verstehen, wo das Problem liegt und was dazu geführt hat
- Neue Lösungsmöglichkeiten zu entwickeln
- Einen Handlungsplan festzulegen

Im beruflichen Kontext, gibt es viele Anlässe, die ein Coaching sinnvoll machen:

- Schwierigkeiten mit Vorgesetzten,
- Übernahme einer Führungsposition,
- Unzufriedenheit in der jetzigen beruflichen Situation,
- Übernahme einer neuen Position mit all ihren neuen Herausforderungen,
- drohender Jobverlust,
- Vorbereitung auf veränderte berufliche Anforderungen, z.B. bei dem Wiedereinstieg in den Beruf,
- anstehende schwierige Situationen wie Umgang mit Konflikten oder Machtkämpfen,
- Reflexion der eigenen Sicht im Umgang mit Situationen oder Mitarbeitern, Auflösung von Vorurteilen, unangemessenen Verhaltens- und Beurteilungstendenzen gegenüber KollegInnen und MitarbeiterInnen,
- In Entscheidungs- und „Dilemma“-Situationen, wenn öfter dasselbe Problem auftaucht, für das bis jetzt noch keine Lösung gefunden worden ist.

Ein Coach nimmt dem Kunden keine Aufgaben ab, sondern eröffnet ihm neue Wege, wie er diese selbst erledigen kann.

## **Was kann Coaching nicht leisten?**

Coaching wird scheitern, wenn der Mandant/Kunde nicht bereit ist, an sich selbst zu arbeiten und sich selbst persönlich weiter zu entwickeln. Der Wille und auch die Zeit zur Selbstreflektion und zur Veränderung müssen vorhanden sein – das Festhalten an alten Verhaltensweisen wie „das habe ich immer schon so gemacht“ erschweren das Coaching – macht es vielleicht sogar unmöglich.

Coaching dient auch nicht zur Behandlung von psychischen Erkrankungen und ersetzt keine Therapie.

Coaching ist keine Pille, die man einwirft und alles wird gut – Coaching ist der Prozess der gemeinsamen Lösungsfindung im beruflichen Umfeld. Es gibt keine fertigen Lösungen, die aus dem Hut gezaubert werden können und für jeden Mandanten/Kunden anwendbar sind.

Coaching ist der Blick von außen – ein Coach ermöglicht es dem Mandanten/Kunden eine veränderte Sichtweise anzunehmen.

Coaching ist messbar: Der Coaching Prozess ist gut aufgesetzt, wenn am Anfang die Definition der Ziele steht und am Ende die Überprüfung der Zielerreichung – dann wird das Coaching auch für den Mandanten/Kunden messbar.

Haben Sie eine konkrete Situation in Ihrem beruflichen Umfeld vor Augen, in der Ihnen ein Coaching weiterhelfen könnte? Rufen Sie uns an oder schicken Sie uns eine Mail: [heidi.stindt@unavigator.de](mailto:heidi.stindt@unavigator.de) – wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.