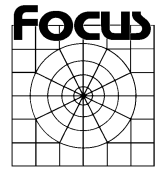


Coaching - Betreuung und Unterstützung im maßgeschneiderten Entwicklungsprozess



Was ist Coaching?

Coaching ist ein individuell ausgerichteter Betreuungs- und Entwicklungsprozess, der in regelmäßiger, vertraulicher und systematischer Arbeit darauf ausgerichtet ist, die Leistungs- und Gestaltungsfähigkeit einer Person oder eines Teams hinsichtlich spezieller Situationen, Aufgaben, Anforderungen und/oder Rollen zu erhalten oder auch zu stärken.

Konkret liegt der Fokus beispielsweise darauf

- Einstellungen bzw. Grundhaltungen zu reflektieren
- Denk- und Handlungsbarrieren zu überwinden
- Know-how zu vermitteln
- Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Bewältigung von Aufgaben und Anforderungen zu entwickeln und einzutrainieren
- Selbstbewusstsein aufzubauen
- Motivation zu stärken

Mit anderen Worten kann man auch sagen, dass der Anspruch darin liegt, die zu coachende(n) Person(en)

- dahin zu führen, eigene Probleme zielorientiert zu bearbeiten
- zu unterstützen, effektiv mit relevanten Themen umzugehen
- ihn in die Lage zu versetzen, durch produktiveres Denken, Fühlen und Handeln erfolgreicher zu arbeiten
- vorhandenes Potenzial in real abrufbares Know-how bzw. Verhältnisrepertoire umzuformen bzw.
- den Entwicklungsprozess dieser Person(en) betreuend und hilfestellend zu unterstützen

Typische Anlässe für Coaching

- Standortbestimmung
- Lebens- und Karriereplan
- Begleitung von Umbruch- oder Krisensituationen (z. B. Übernahme einer neuen Abteilung, strategische Neuausrichtung eines Bereiches, Stellenwechsel innerhalb eines Unternehmens)
- kurzfristige, konkrete Ziele- und Fähigkeitenarbeit (z. B. Leiten von Teambesprechungen und Projekten, Präsentation von Ergebnissen, Wahrnehmen von Führungsaufgaben, Umgang mit Vorgesetzten)

-
- Selbstverständnis, persönliches Leitbild, z. B. in Bezug auf Unternehmenspolitik, Wahrnehmung der eigenen Rolle oder Erfüllung vorgesehener Aufgaben
 - Leistungserwartung und Leistungserbringung
 - Reflexion und Begleitung individueller Veränderungswünsche

Grundüberzeugungen, mit denen wir im Coaching arbeiten

- Coaching in unserem Sinne ist ein Additionskonzept, d. h. konkret: Es geht nicht darum, möglicherweise unerwünschte Fähigkeiten, Verhaltensweisen, Überzeugungen vorwiegend zu überwinden. Unter Würdigung und Wertschätzung bereits vorhandener Fähigkeiten, Verhaltensweisen, Überzeugungen können vielmehr zusätzliche Optionen entwickelt und verwirklicht werden.
- Es gibt immer mehr Wahlmöglichkeiten/Handlungsalternativen in unserem beruflichen und privaten Alltag, als uns bewusst sind. Im Coachingprozess können solche zusätzlichen, förderlichen, Gewinn bringenden Wahlmöglichkeiten entsprechend erkannt, entwickelt und deren angemessene Umsetzung begleitet werden.

Ansätze, mit denen im Coaching gearbeitet wird

- Reflektieren von Sichtweisen, Erfahrungen und Einstellungen
- Entwickeln, Klären, Sortieren, Bewerten von Handlungsalternativen
- Herausarbeiten von Orientierungen und Zielsetzungen
- Erarbeiten von Selbst- und Fremdbildern
- Entwickeln einer Grundflexibilität für das Wahrnehmen und Nutzen von Wahlmöglichkeiten
- Generieren und Nutzbarmachen von Ressourcen
- Identifizieren von Potenzialen
- Mobilisieren von Energien und Kräften für das Verfolgen von Zielsetzungen
- Analysieren von Konflikten
- Eintrainieren wünschenswerter Verhaltensweisen