

# Coaching nur für Manager?

## So finden Sie die richtige Unterstützung

### Entwicklung

Das Wort "Coach" kommt aus dem Englischen und heisst wörtlich Kutscher. Ursprünglich war es die Bezeichnung für Trainer im Sportbereich. Etwa Ende der 70er bis Anfang der 80er Jahre bezeichnete Coaching im amerikanischen Management die zielgerichtete und entwicklungsorientierte Mitarbeiterführung durch Vorgesetzte. Das war damals sehr neu, da erstmals psychologische Erkenntnisse einen breiten Einzug in die Arbeitswelt fanden.

Heute hat sich Coaching in den unterschiedlichsten Bereichen etabliert. Es wurde zu einem allgemeinen Begriff für psychologisch ausgerichtete Beratungsmethoden. Diese finden Anwendung im Berufsleben (z.B. für Vorgesetzte und Teams) oder auf der individuellen persönlichen Ebene.

### Das Angebot ist vielfältig

Jeder kann sich Coach nennen. Die Berufsbezeichnung ist nicht geschützt. Auf der Suche nach dem richtigen Coach gilt es daher, einige Regeln zu beachten.

### Mögliche Themen

Zu Beginn eines Coachings ist es manchmal nicht offensichtlich, um welches Thema es tatsächlich geht. Oft stellt sich der eigentliche Kern erst im Verlaufe der ersten Sitzungen dar.



### Beruflicher Kontext

wobei Sie zum Beispiel

- verantwortlich für die Personalentwicklung in Ihrer Organisation sind und einen Senior-Coach suchen
- selbst an der Spitze stehen und einen Sparringpartner brauchen
- mit Ihrem Team vor einer speziellen Herausforderung stehen
- mit Ihrem Unternehmen oder mit Ihrem Bereich den nächsten Quantensprung machen wollen
- eine herausfordernde Situation in der Mitarbeiterführung zu bewältigen haben

### Persönlicher Kontext

wobei Sie zum Beispiel

- in Ihre berufliche Entwicklung investieren wollen
- der nächsten Job finden wollen, der so richtig gut zu Ihnen passt
- sich neu orientieren müssen
- sich in einer schwierigen Situation befinden und dabei für Sie geeignete Handlungsalternativen finden wollen
- Konfliktpotenziale und Verhaltensmuster erkennen und auflösen wollen

### Vertrauen als Voraussetzung

Wichtig ist, dass beide einen guten Draht zueinander finden. Bevor Sie sich entscheiden, sollten Sie ein persönliches Vorgespräch führen. Jeder seriöse Coach bietet kostenfreie Erstgespräche an.

Dabei klären Sie generelle Zielsetzungen und erhalten ein Bild über den bevorstehenden Prozess und die Kompetenz Ihres Coaches. War der Coach in seiner persönlichen Laufbahn bereits mit meinen eigenen Herausforderung konfrontiert, kann er sich zumindest besser in Ihre Situation hineinversetzen. Das gibt Ihnen ein höheres Mass an Sicherheit.

## Klare Vereinbarung treffen

Als Klient erhalten Sie nach Ihrem Erstgespräch ein konkretes Angebot und eine angemessene Bedenkzeit. Das Angebot beinhaltet eine Reflexion über den besprochenen Kontext, eine Beschreibung des vorgesehenen Prozesses und die damit verbundenen Kosten. Vertraulichkeit und ein möglicher Ausstieg des Klienten werden dabei zugesichert.

## Standards und Methoden anwenden

Methoden gibt es viele. Keine muss per se gut oder schlecht sein. Welche angewendet wird, ist abhängig von Ihrem Thema. Ein Qualitätsmerkmal kann die Mitgliedschaft in einem anerkannten Coaching-Verband sein. Wichtig dabei ist, dass es sich um eine Organisation handelt, welche ausschliesslich Coaches aufnimmt und idealerweise eine Zertifizierung (z.B. ISO 17024 oder ICF) vorweisen kann.

Als Klient dürfen Sie erwarten, durch einen Lösungsfindungsprozess geführt zu werden. Der Leiter durch diesen Prozess ist der Coach, der darauf spezialisiert ist, die passenden Fragen und Gesprächsschritte parat zu haben. Der Klient findet selbst Lösungen, die er zuvor nicht gesehen hat und die er in den meisten Fällen ohne Unterstützung auch nicht gefunden hätte. Er reflektiert seine Situation, nimmt Perspektivenwechsel ein, orientiert sich an der Zukunft, erhält Antworten und plant zukünftige Schritte.

## Nähe und Distanz haben

Professionelle Coaches halten ein Gleichgewicht zwischen Nähe und Distanz. Nur so kann sich Vertrauen aufbauen und gleichzeitig die Perspektive von außen und das Gesamtbild beibehalten werden. Professionelles Coaching benötigt beide Elemente in einer guten Balance um erfolgreich zu sein.

## Ein Netzwerk zur Verfügung haben

Kein Coach ist Fachmann für alles. Professionelle Anbieter weisen meist Spezialisierungen auf bestimmte Themen und Zielgruppen auf. Sie verfügen über ein Netzwerk von Kollegen und zeigen mögliche Alternativen sowie Vor- und Nachteile transparent auf.

## Grenzen erkennen

Coaching ist eine Methode, die es demjenigen, der ein Problem hat, ermöglicht, dieses selbst und selbstverantwortlich zu lösen. Zügig, zielfokussiert und zukunftsorientiert. Dies zieht eine klare Grenze zwischen Coaching und Therapie. Systemisches Coaching richtet sich, im Gegensatz zur Psychotherapie, an „gesunde“ Personen und nicht an Patienten. Menschen mit psychischen Erkrankungen bzw. kleineren oder größeren Beeinträchtigungen der Selbststeuerungsfähigkeit gehören ausschliesslich in die Hände entsprechend ausgebildeter Therapeuten.

## Coaching und Beratung trennen

Oft mischen sich die Erwartungen an einen Coach. Coaching bietet hierbei klar "Hilfe zur Selbsthilfe". Trotzdem können sich Situationen ergeben und daraus Bedürfnisse einstellen, die den Prozess eines Coachings sprengen. Trennen Sie diese beiden Themen strikte voneinander ab. Falls Sie weitergehende Unterstützung Ihres Coaches beanspruchen wollen, stellen Sie sich folgende Fragen:

- Welches Fachwissen und welche Vorerfahrung benötigen wir?
- Sollte der Coach und Berater zum Beispiel in Ihrer Branche gearbeitet haben?
- Muss er selbst Führungskraft mit ausgewiesener Erfahrung gewesen sein?

Wir sind für Sie da. Vereinbaren Sie ein erstes unverbindliches Erstgespräch.

## Ihr Kontakt



Thomas Vaterlaus  
Dipl. Syst. Coach  
8802 Kilchberg

Tel: +41 43 377 55 60  
Mobile: +41 79 405 61 29  
Mail: [th.vaterlaus@bluewin.ch](mailto:th.vaterlaus@bluewin.ch)