

Coaching Definition

Heike Hofer

Unter Coaching verstehe ich eine zeitlich begrenzte, interaktive Prozessbegleitung zur Reflexion und Entwicklung beruflicher Themenkomplexe.

Coaching ist weder eine manipulative Strategie, um Klienten in eine bestimmte Richtung zu manövrieren, noch ein vorschlagsorientiertes Verfahren mit Lösungsvielfalt.

Vielmehr dient das Coaching zur persönlichen Standortbestimmung und Reflexion der eigenen Person und Situation, damit Handlungen und Veränderungen für sich selbst erarbeitet werden können.

Der Coach begleitet den Klienten, um komplexe Situationen zu entflechten, mit unterschiedlichen Blickwinkeln die eigene Wahrnehmung zu schärfen und neue Sichtweisen zu erlangen, um besseren Zugang zu seinem Anliegen zu erhalten. Mit neuen Gesichtspunkten kann der Klient klare Ziele formulieren und neue Handlungen für geeignete Problemlösungen und Umsetzungsstrategien herausarbeiten.

Gemeinsam mit dem Coach behält der Klient den Blick auf das Zusammenwirken seiner beruflichen Rolle in Übereinstimmung zu seiner eigenen Person.

Ziel eines Coachings ist es, neben dem themenbezogenen Anliegen mit dem Klienten eine erweiterte Kompetenz zum Selbstmanagement zu erreichen, um mit mehr Flexibilität zukünftige Situationen auch später ohne Coach unabhängig meistern zu können.

Für einen guten Coaching Prozess sind wichtige Spielregeln für alle Parteien Voraussetzung:

- Vertrauen u. Akzeptanz zwischen Coach und Klient
- Ausnahmslose Diskretion zum Schutz des Klienten
- Das Ergebnis ist offen
- Der Klient wünscht freiwillig das Coaching und hat die Bereitschaft:
 - o zur Veränderung
 - o zu kritischem Hinterfragen
 - o zur Thematisierung der eigener Sichtweise, Einstellung und Verhalten