

Coaching

Rahmenbedingungen und Ablauf

Coaching kann im Ein- oder Mehrpersonensetting (Team, Gruppe) durchgeführt werden. Zu Beginn der Beratung wird ein Erstgespräch durchgeführt und im „Contracting“ ein Arbeitsvertrag zwischen Coach und Coachee abgeschlossen: In diesem werden die Ziele, welche die Kundin/der Kunde im Beratungsprozess erreichen möchte, fixiert. Weiters werden Honorar, Sitzungsdauer, die voraussichtliche benötigte Anzahl von Sitzungen sowie der Ort der Durchführung vereinbart.

Da Coaching ein ergebnis- und zielorientiertes Verfahren ist, muss die Effektivität der Beratungsleistung kontrolliert werden. Coaching beinhaltet daher auch immer eine professionelle Zielkontrolle (Evaluation).

Sie finden Beratung und Unterstützung durch österreichische PsychologInnen:

www.psychnet.at

BÖP - Helpline:
01/504 80 00



Berufsverband
Österreichischer
PsychologInnen

Impressum: BÖP - Berufsverband Österreichischer PsychologInnen und Psychologen
Möllwaldplatz 4/4/39, A-1040 Wien, Telefon +43 1 407 26 71-0, Fax +43 1 407 26 71-30
buero@boep.or.at, www.boep.or.at, Text: Mag. Karin Theresia Balluch



Berufsverband
Österreichischer
PsychologInnen

www.psychnet.at
helpline@boep.or.at

Was versteht man unter Coaching?

Der Begriff Coaching kommt aus dem Englischen und bezeichnet die Betreuung von SportlerInnen oder einer Mannschaft vor und während eines Wettkampfes durch einen erfahrenen Trainer (Coach).

Unter Coaching im Berufsleben wird ein zeitlich begrenzter Beratungsprozess verstanden, der sich mit der Optimierung des beruflichen Handelns und der Weiterentwicklung der Persönlichkeit von Führungskräften oder Teams im Kontext von Organisation und Privatleben beschäftigt. Unter dem Motto „Hilfe zur Selbsthilfe“ unterstützen professionell ausgebildete Coaches ihre KundInnen (Coachees), dabei möglichst optimale Lösungen für ihre Anliegen zu entwickeln, neue Perspektiven und Handlungsmöglichkeiten zu eröffnen und Ressourcen zu aktivieren. Der Coach entwickelt mit und nicht für den Kunden Lösungen. Ziel ist es gewünschte, vorgedachte Zielzustände in einer bestimmten Zeitspanne zu erreichen. Schließlich ist Coaching ein Eckpfeiler im professionellen Stressmanagement und trägt damit wesentlich zur „gesunden Organisation“ bei.

Welche Ziele verfolgt Teamcoaching?

In Teams durchgeführt dient Coaching der Teamentwicklung, sowie der begleitenden Beratung vor/während bestimmter Projekte oder neuer Arbeitssituationen und Aufgaben. Weiters können Konfliktsituationen gelöst und somit auch ein Beitrag zur Weiterentwicklung des Kommunikations- und Informationsmanagements geleistet werden.

Welche Themen eignen sich für Coaching?

Beruf

Führungsrolle und Führungsverhalten, Karriereentwicklung, schwierige Entscheidungssituationen, Arbeitsmotivation und Leistung, Mitarbeitergespräche und Mitarbeiter-Coaching, Zeit- und Stressmanagement, Konfliktsituationen u.a.

Organisation

Strategische Planung, Visionen und Unternehmensleitbild, Organisationskultur und Führungsstil, Fusionierung, Outsourcing u. a.

Privatleben

Vereinbarkeit von Beruf, Familie und Freizeit, Partnerschaft und Familienplanung, Trennung, Scheidung, Konflikte und Krisensituationen jedweder Art u.a.

Häufig kommt es zu Überschneidungen zwischen den verschiedenen Themenbereichen.

Was ist Coaching explizit nicht?

Coaching darf nicht mit Psychotherapie verwechselt werden. Während Psychotherapie der Behandlung krankheitswertiger psychischer Störungen sowie der Selbsterfahrung dient, befasst sich Coaching mit der Weiterentwicklung der Persönlichkeit im Kontext Beruf und Organisation. KundInnen, die Coaching in Anspruch nehmen, sind in der Regel physisch und psychisch gesund.

Coaching ist keine Organisations- oder Unternehmensberatung, bei der den KundInnen vorgefertigte Lösungen angeboten werden. - Vielmehr bedeutet Coaching KundInnen anzuregen, selbst neue Wege zu finden, welche dann auch immer auf die Persönlichkeit des Kunden, die berufliche Situation sowie das Unternehmen maßgeschneidert und somit besonders wirkungsvoll sind.

Coaching bedeutet nicht Supervision, wenn auch die Methoden zum Teil sehr ähnlich sind. Supervision wird primär im psychosozialen Bereich angewandt, wo sie auch ursprünglich entwickelt worden ist und dient der Reflexion und Verbesserung beruflichen Handelns von Menschen in helfenden Berufen, wo es besonders wichtig ist, zwischenmenschliche Beziehungen professionell zu gestalten.

Wie sieht die Beziehung zwischen Kunden und Coach aus?

Das Klientel rekrutiert sich in erster Linie aus der Gruppe der Führungskräfte und jener Personen, die Führungspositionen anstreben sowie Menschen im gehobenen Management. AuftraggeberInnen sind Unternehmen, Großbetriebe, aber auch Klein- und Mittelbetriebe sowie Selbständige und FreiberuflerInnen.

Coaches stammen aus unterschiedlichen Quellenberufen, wie PsychologInnen, BetriebswirtInnen, BeraterInnen, TrainerInnen u.a. Sie verfügen über eine Coachingausbildung, die über den theoretischen Inhalt hinausgehend mit viel Praxiserfahrung verknüpft sein sollte. Die Arbeitsweise des Coaches orientiert sich nicht nur an dessen Ausbildung und Grundberuf, sondern wird durch ihre/seine Lebens- und Berufserfahrung sowie dem Menschenbild mitgeprägt. Dies gilt es insbesondere im Erstgespräch festzustellen. Je mehr berufliche Rollen ein Coach beherrscht, desto reichhaltiger ist sein Methodenrepertoire und der Beratungsprozess kann in seiner gesamten Bandbreite ausgeschöpft werden.

Im Coaching sind Kunde/Kundin und Coach einander hierarchisch gleichgestellt. Die Beziehung ist partnerschaftlich: Der Coach ist Experte für die Gesprächsführung und den Beratungsprozess. Er trägt die Verantwortung, den Kunden/die Kundin mit professionellen Methoden zum gewünschten Ziel zu führen. Der Kunde/die Kundin ist seinerseits Experte für die eigene Situation, er/sie ist bereit sich mit dem eigenen Verhalten und Handeln auseinander zu setzen und an Lösungen für seine Anliegen aktiv mitzuarbeiten.

Der Coach ist eine Art Vertrauensperson für den Kunden/die Kundin. Es werden oft heikle Themen besprochen und daher bedarf es einer besonders vertrauensvollen Beziehung zwischen KundInnen (Coachees) und Coach. Daher ist auch Schweigepflicht oberstes Gebot, d.h. dass der Coach die ihm anvertrauten Informationen für sich behält und diese niemals an Dritte weitergibt.