

ALLES COACHING

Einzelpersonen nehmen Coaching in Ausbildung, Beruf, Politik, Kunst, Sport und im Alltag (Beziehung, Erziehung, Freizeit etc.) in Anspruch. Unternehmen nutzen es in Zusammenhang mit verbesserter Leistungsfähigkeit (Einzelpersonen und Teams), Mobbing, Burnout-Prävention etc.

„Ich nehm’ mir einen Coach!“

Wer vor anspruchsvollen Lebensaufgaben steht, greift immer öfter zum Coaching – als Training, Beratung und Begleitung, Betrachtung eines Trends.

Was macht eigentlich einen guten Coach aus? „Ein guter Coach schafft es, sich selbst und seine Klienten zu Höchstleistungen zu bringen. Coaching kann als Training, Beratung und Begleitung für die Bewältigung anspruchsvoller Lebensaufgaben und Herausforderungen gesehen werden“, bringt es der Grazer Coaching-Experte Peter Drumbl auf den Punkt. In der Praxis könnte Coaching –

etwa bei beruflicher Veränderung – wie folgt aussehen: Am Beginn steht die umfassende Analyse der Ausgangssituation (Wünsche, Ziele, fachliche und persönliche Kompetenzen, Überzeugung, Persönlichkeit, Belastbarkeit und Durchsetzungskraft). Als nächsten Schritt betreut der Coach seinen Klienten bei der Umsetzung des persönlichen Karriereplans – bis zum Erreichen der angestrebten beruflichen Ziele.

Hilfe bei Überforderung

Für die Bestimmung der Ausgangsposition werden, wenn notwendig, Trainingsprogramme erstellt, die im Rahmen des Coachings oder als berufsbegleitende Fortbildung absolviert werden. Schwerpunkte dabei sind Flexibilität, Kommunikation, Motivation, Teamfähigkeit, Leadershipqualitäten, Fachkompetenzen etc. Teile des Coachings sind laut Peter Drumbl unter anderem auch Bewerbungstraining, berufliche In-



◆ Coach Ilse Lang betont die Wichtigkeit des Coachings in Firmen



◆ „Coaching ist Training und Begleitung“, Peter Drumbl

◆ Coaching unter die Lupe genommen: Es kommt überall dort zum Einsatz, wo Menschen mit ihren Aufgaben überfordert sind oder sich verbessern wollen

(D. H. M. / K. H. M.)



tegration und die Entwicklung von Strategien für den beruflichen Langzeiterfolg. Doch wie weiß man, wann Coaching sinnvoll ist? Drumbl: „Im Berufsleben kommt es unter anderem zum Einsatz, wenn man mit beruflichen Aufgaben überfordert ist und Hilfe benötigt.“

Der Coach löst dabei nicht Aufgaben für den Klienten, sondern vermittelt und entwickelt durch persönliches Training die Fähigkeiten, die der Klient braucht, um seine Aufgaben selbst zu lösen.

„Im Unternehmen sorgen Coaches für verbesserte Leistungsfähigkeit und Arbeitszufriedenheit“, sagt Drumbl, und auch Ständeskollegin Ilse Lang betont: „Die Förderung von Talenten der Mitarbeiter und Führungskräfte wirkt sich messbar auf Ergebnisse, die Motivation der Mitarbeiter und die Wettbewerbsfähigkeit des Unternehmens aus.“

Zukunftsorientiert

Coaching wirke sowohl fachlich (von tiefen Sachkenntnissen in ei-

nem Fachgebiet bis hin zum breit gefächerten Interesse), sozial (Interesse an persönlicher Entwicklung am vertrauten Platz bis zur Entwicklung über verschiedenste Gruppen, Projekte und Lernsituationen) als auch beim Umgang mit Veränderungen, betont die Expertin auch die „Zukunftsorientierung“. Denn: Häufig wollen Mitarbeiter den Status quo erhalten. Mit gutem Coaching aber treibt der Mitarbeiter gerne Veränderungen oder Umstrukturierungen voran.