

74. Coaching als Entwicklungsprozess

Wie sieht der typische Ablauf von professionellen Coaching-Prozessen für Klienten aus?

Für einen idealtypischen Coaching-Prozess gibt es verschiedene Ansätze. *Alica Ryba* beschreibt in ihrem Buch »Die Rolle unbewusster und vorbewusst-intuitiver Prozesse im Coaching – unter besonderer Berücksichtigung der Persönlichkeitsentwicklung des Klienten« (2018) einen Ablauf für ein Einzelcoaching durch externe Coaches, in drei Phasen:

- »Vorphase«
 - Wahrnehmung des Coaching-Bedarf (Wunsch nach individueller Unterstützung erkennen)
 - Erstes Kennenlernen (Kontaktaufnahme und Erstgespräch)
 - Vertragsabschluss (schriftlicher und psychologischer Vertrag)
- »Hauptphase«
 - Klärung der Ausgangssituation (Ist- und Soll-Zustand bestimmen)
 - Zielbestimmung (Ziele und Lösungswege erarbeiten)
 - Intervention (gefundene Ziele umsetzen)
- »Abschlußphase«
 - Evaluation (Zielerreichung überprüfen)
 - Abschluß (Abschluss-Sitzung als formales Ende des Coachings)

In der Praxis verlaufen die einzelnen Phasen nicht unbedingt linear und werden flexibel an die Bedürfnisse der Klienten adaptiert. Mögliche Gründe sind: dass der Ist- und Soll-Zustand zu Beginn falsch gewertet wurde; die Bestimmung angestrebter Ziele sich im Laufe des Coaching verändert; die persönliche Verfassung der Klienten sich verändert; äußere Umstände die Ursache sind; die Chemie zwischen Coach und Klient sich verändert. Dies kann zu einer Neuwertung, Unterbrechung oder sogar zum Abbruch des Coaching führen. In jedem Fall sollte möglichst ein reflektierendes Gespräch über die Gründe geführt werden, damit die Klienten erkennen, dass das Coaching immer wichtige Erkenntnisse über sich selbst mitbringt. Ein Transfermeeting (drei bis sechs Monate nach Beendigung) kann ein Fazit der Zusammenarbeit ziehen und mögliche Fragen klären.

74. Coaching als Entwicklungsprozess

Coaching-Prinzipien sind die Grundlage für einen professionellen Coaching-Prozess mit Klienten!

Alica Ryba beschreibt in ihrem Buch auch die fundamentalen Prinzipien für einen Coaching-Prozess:

- »Selbstverantwortung«
 - Klienten werden darin unterstützt, eigene Problemlösungen zu entwickeln, als »Hilfe zur Selbsthilfe«
- »Respekt und Akzeptanz«
 - Wichtige Voraussetzung für das Coaching, mit Einfluss auf die Qualität der Beziehung, als relevanter Wirkfaktor
- »Vertraulichkeit«
 - Ausgetauschte Inhalte werden diskret behandelt, da Klienten nur dann ehrlich und offen sprechen können
- »Integrität«
 - Authentizität und Glaubwürdigkeit des Coaches, durch Übereinstimmung der Werte und des Handelns
- »Neutralität«
 - Coaches haben eine unabhängige Position und drängen dem Klienten keine eigenen Ideen, Meinungen und Werte auf
- »Transparenz«
 - Coaches setzen keine manipulativen Techniken ein, da die Selbstverantwortung der Klienten damit untergraben würde
- »Flexibilität«
 - Freiheitsgrade im Erleben und Verhalten der Klienten sollen vergrößert werden
- »Augenhöhe«
 - Coaches stellen keine Überlegenheits-/Unterlegenheitsverhältnisse her und betrachten Klienten als selbstverantwortliche Partner

Ich arbeite als Coach für meine Klienten nach diesen Prinzipien, da sie für deren Wertung sehr wichtig sind. Auch verfüge ich über langjährige Kenntnisse in designrelevanten Bereichen, kann mich daher gut in beruflich-unternehmerische Bedingungen einfühlen und die relevanten Kontexte einbringen. **Be open-minded for coaching!**