

So finden Sie den richtigen Coach!-

Leitfaden für eine erfolgreiche Suche



Andreas Möbius

**So finden Sie den
richtigen Coach!**

**Leitfaden für eine erfolgreiche
Suche**



Ich schule und trainiere gerne andere Menschen. Das, was ich unterrichte, soll anderen helfen sich weiter zu entwickeln und mit dem Gelernten weiterzukommen.

Ich bin Trainer, Coach, Dozent, Motivator, Antreiber im positiven Sinne, Potentialentwickler- und Umsetzer. Ich bin hier, um mein gesamtes spezielles Wissen weiter zu geben, mit Humor, Freude, Ehrlichkeit und großer Motivation.

Meine innere Stimme treibt mich immer wieder an mit gleichbleibender Qualität andere Menschen zu schulen, zu trainieren und zu coachen. Ein Training bei mir ist immer kurzweilig, überraschend, informierend, lehrreich und wird nie langweilig. Harte Arbeit, Ehrlichkeit, das Aussprechen unangenehmer Wahrheiten, Humor und Zielstrebigkeit sind für mich eine absolute Selbstverständlichkeit.

Inhalt

Andreas Möbius	1
So finden Sie den richtigen Coach!	1
Leitfaden für eine erfolgreiche Suche	1
Vorwort	4
Was bedeutet Coaching eigentlich?	5
Warum gehen Menschen zu einem Coach?	6
Was kann vom Coaching erwartet werden?	7
Was kann gecoacht werden?	8
Wie kann ich einen guten Coach finden?	9
Die Kosten für einen Coach	12
Schlusswort	13
Impressum	14

Vorwort

Heute hören wir immer wieder vom Coaching. Und das auch noch in ganz unterschiedlichen Bereichen. Dieser Begriff wird vielseitig genutzt. Und manchmal eben auch zu unseriösen Zwecken.

Aber nur die Wenigsten von uns wissen, worum es beim Coaching überhaupt geht. Und kann eigentlich alles gecoacht werden oder gibt es auch Grenzen?

Genau mit diesen und noch vielen weiteren Themen beschäftigt sich dieses eBook.

Sie werden eine Menge über das Thema Coaching erfahren und am Ende auch wissen, worauf Sie achten müssen, wenn Sie auf der Suche nach einem Coach sind.

Jetzt sollten wir aber nicht viel Zeit verlieren und lieber gleich mit der Thematik beginnen.

Viel Spaß beim Lesen!

Was bedeutet Coaching eigentlich?

Wer einen Coach aussucht, der tut dies in den meisten Fällen aus einem bestimmten Grund. Vor allem in der Arbeitswelt gehört das Coaching heute zu einem wichtigen Faktor, der nicht mehr wegzudenken ist.

Mit Hilfe eines Coaches kann an der eigenen Persönlichkeit gearbeitet werden. Darüber hinaus können auch die persönlichen Kompetenzen ausgebaut und das tägliche Verhalten reflektiert werden.

Das Coaching ist eigentlich nichts anderes als eine professionelle Beratung für Menschen, die sich aktiv mit ihren Problemen auseinandersetzen wollen.

Warum gehen Menschen zu einem Coach?

Es gibt natürlich ganz unterschiedliche Gründe, warum Menschen die Hilfe eines Coaches in Anspruch nehmen. In der Regel ist es so, dass bevor der Weg zum Coach führt erst einmal eine gewisse Eigeninitiative betrieben wird.

Es wird erst einmal allein versucht, das Problem oder Anliegen in den Griff zu bekommen. Zu 90% suchen Menschen aber immer dann einen Coach, wenn der Druck nach einer Handlung immer mehr wächst.

Es kann auch das Gefühl aufkommen, sich in einer Sackgasse zu befinden. Aus dieser führt dann meist nur ein Weg über die professionelle Hilfe heraus. Dabei müssen sich die Probleme oder Anliegen nicht immer nur auf den Beruf beziehen. Es ist auch möglich, dass private Probleme so stark sind, dass Menschen hier ohne einen Coach nicht allein herausfinden.

Was kann vom Coaching erwartet werden?

Die Begriffe Coach und Coaching sind nicht geschützt. Entsprechend kann sich dahinter auch immer etwas anderes verstecken.

Generell kann aber davon ausgegangen werden, dass es beim Coaching nicht darum geht einen Ratgeber zu erhalten, der einen dann Schritt für Schritt durch die Probleme führt. Und es geht beim Coaching auch nicht darum ein Patentrezept zu erhalten. Damit das Coaching auch wirklich funktioniert müssen beide Seiten, als Coach und Klient, effektiv zusammenarbeiten. Der Klient kommt natürlich mit einem bestimmten Ziel zum Coach. Dieses sollte dann gemeinsam erreicht werden. Dabei nimmt der Coach eine unterstützende Aufgabe ein.

Wichtig ist vor allem, dass der Klient sich besser kennenlernt und seine Potenziale entdeckt. Auf diese Weise können neue Wege gegangen und Ziele erreicht werden.

Dabei liegt es aber am Klienten selbst die Energie für dieses Vorhaben auch freizusetzen. Der Coach hingegen gibt nur Tipps und Anregungen, damit alles funktionieren kann. Entscheidungen muss der Klient selbst treffen.

Auch dabei kann der Coach natürlich unterstützend zur Seite stehen. Der Klient muss sich manchmal selbst überwinden und sich Fragen stellen wie: Was spricht gegen das, was ich will? Was hindert mich?.

Die Anstöße dafür können vom Coach kommen. Die Umsetzung hingegen vom Klienten.

Was kann gecoacht werden?

Heute gibt es wirklich für alles einen Coach. Ob nun für den Bereich Liebe, Sport oder Job. Wer einen Coach sucht, wird diesen auch finden. Denn das Coaching-Angebot ist riesig.

Heute werden aber vor allem Coaches im Job eingesetzt. Hier geht es darum die eigenen Potenziale zu erkennen und diese dann auch entsprechend einzusetzen.

Deshalb ist das Coaching im Bereich des Jobs auch in den letzten Jahren immer wichtiger geworden. Nicht selten werden die Coaches sogar von den Chefs engagiert, um die entsprechenden Mitarbeiter zu coachen.

Aber der Coach kann natürlich auch helfen, wenn die Selbstüberlastung einfach zu groß wird. Wenn der Druck steigt und ein Burn-out oder ein anderes Erschöpfungssyndrom droht.

Wichtig ist vor allem zu wissen, dass ein Coach immer den Blick von außen hat. Er ist unbefangen und unabhängig. Deshalb kann der Coach auch einige Sachen sehen, die wir nicht erkennen können oder wollen.

Weiterhin ist der Coach auch im persönlichen Bereich ein wichtiger Ansprechpartner. Hier muss jedoch ganz klar geschaut werden, ob der Coach wirklich das leisten kann, was von ihm erwartet wird oder ob es nicht besser wäre einen Psychologen oder einen anderen Ansprechpartner zu wählen.

Es kann also alles gecoacht werden. Die Frage ist nur, ob wir in allen Lebenslagen wirklich einen Coach brauchen oder ob wir uns in bestimmten Dingen nicht lieber an einen anderen Ansprechpartner wenden sollen.

Damit das Vorhaben Coaching auch wirklich in die Realität umgesetzt werden kann, muss aber erst einmal der passende Coach gefunden werden.

Und das stellt sich nicht immer als leichte Herausforderung dar. Auf der nächsten Seite finden Sie dazu wichtige Tipps.

Wie kann ich einen guten Coach finden?

Die Suche nach einem geeigneten Coach wird von unterschiedlichen Dingen erschwert. Zu allererst ist da natürlich die Tatsache, dass es einfach zu viele Coaching-Angebote gibt.

Und nicht immer verbirgt sich dahinter dann auch ein seriöser Coach.

Ein guter Coach, der wirklich das Anliegen hat, einem Menschen helfen zu wollen, hat sich in der Regel auf einen speziellen Bereich spezialisiert.

Ein Coach, der alles kann und auch alle Bereiche abdeckt, sollte auf jeden Fall mit Vorsicht genossen werden.

Weiterhin sollten auch mögliche Patenrezepte von Coaches eher als fragwürdig abgestempelt werden.

Ein Coach kann auch nicht sofort auf ein Problem oder Anliegen eine Antwort oder eine Lösung parat haben. Das ist einfach unmöglich und zeugt von einer gewissen Unseriösität.

Weiterhin ist natürlich ganz wichtig, dass die Chemie zwischen Coach und Klient stimmt. Ist dies nicht der Fall, sollte lieber Abstand genommen werden.

Checkliste Coachauswahl

Nutzen Sie diese Checkliste, um einen für Sie optimalen Coach zu finden.

Je mehr Punkte auf den Coach zutreffen, desto höher die Wahrscheinlichkeit, dass Sie mit dieser Person die richtige Wahl treffen.

Der Coach bzw. die Coachin

- hat einen ansprechenden und professionellen Internetauftritt
- ist Mitglied in einem Coaching-Verband

- hat bereits Fachbeiträge veröffentlicht (z. B. auf der eigenen Website oder auf anderen fachspezifischen Portalen).
- verfügt über eine akademische Ausbildung im angebotenen Themenbereich (z. B. ein Persönlichkeitsentwicklungs-Coach mit einem Psychologie-Studium).
- verfügt über Berufserfahrung (evtl. auch Branchenkenntnisse) im angebotenen Themenbereich (z. B. ein Führungskräfte-Coach war/ist selbst als Führungskraft tätig).
- verfügt über eine Spezialisierung im Bereich Ihrer Coachinganforderung.
- kann eine mehrjährige Coachingenerfahrung vorweisen.
- verfügt über eigene Räumlichkeiten (für Präsenzcoaching).
- wirkt (auf dem Bild) freundlich und sympathisch.
- führt Referenzen an bzw. bietet die Möglichkeit, Referenzen anzufragen.
- kann eine zertifizierte Coachinausbildung vorweisen.
- kommuniziert (auf seiner Website) seine ethischen Grundsätze.
- erläutert seine Coachingmethoden.
- führt seine Schwerpunkte und seine Expertise an.
- bietet ein kostenloses, unverbindliches Vorgespräch an.

Im Zuge der persönlichen Kontaktaufnahme (persönliches Gespräch):

Der Coach bzw. die Coachin

- wirkt sympathisch und vertrauensvoll. ... nimmt sich ausreichend Zeit für Sie.
- geht auf Ihre Fragen und Wünsche ein.
- stellt verständlich sein Coachingkonzept dar.
- weist Sie auf eventuelle Risiken hin.
- macht keine Versprechungen.

- sichert Ihnen Diskretion zu.
- erstellt ein schriftliches Angebot mit einer transparenten Kostenaufstellung.
- gesteht Ihnen bei Bedarf eine ausreichende Bedenkzeit zu.

Und abschließend: Sie haben bei ihm/ihr immer noch ein gutes Bauchgefühl.

- erläutert Ihnen ausführlich den Coachingprozess im Zusammenhang mit Ihrem Anliegen.
- setzt einen Coachingvertrag (inkl. Verschwiegenheits- und Ausstiegsklausel) auf.
- gewährt Ihnen die Möglichkeit, jederzeit das Coaching ohne Zusatzkosten abubrechen.

Wählen Sie einen Coach bei dem bei Ihnen das Bauchgefühl stimmt!

Die Zusammenarbeit würde sonst eher in einer Katastrophe enden, als zu einem Erfolg zu führen. Dann kann es sich bei dem Coach auch um einen renommierten seiner Art handeln.

Stimmt die Basis nicht, wird auch alles andere nicht klappen. Wichtig ist dass bei der Wahl des Coaches auch das eigene Bauchgefühl immer wieder gefragt wird.

Hat man ein ungutes Gefühl oder fühlt sich in der Gegenwart des Coaches einfach nicht wohl, sollte man nach einer Alternative suchen.

Das Bauchgefühl sollte sowieso immer eine wichtige Rolle spielen. Auch während des Coach-Prozess. Denn von hier können einige Signale kommen, die wir berücksichtigen sollten.

Es hat sich zudem auch immer wieder gelohnt, sich einfach mal im Freundes- und Bekanntenkreis umzuhören.

Vielleicht hat jemand mit einem Coach sehr gute Erfahrungen gemacht. Dann sollte man diesem Tipp erst einmal nachgehen.

Stellt sich dann nur noch die Frage, was darf ein Coach kosten?

Die Kosten für einen Coach

Die Kosten für einen Coach können sehr unterschiedlich sein. Da spielen zum einen die regionalen Unterschiede eine Rolle. Denn wenn in einer Stadt sehr viele Coaches ihre Dienste anbieten, kann sich dies natürlich positiv auf den Preis auswirken.

In diesem Fall ist es möglich eine Stunde bei einem Coach für 50 Euro zu bekommen. Es gibt aber natürlich auch das Gegenteil, dass ein Coach einen Tagessatz von 2.000 Euro verlangt.

In diesem Fall wird der Coach nicht selten auch zu einem Statussymbol. Denn einen solchen Coach in dieser Preisklasse kann sich nicht jeder leisten.

Fakt ist jedoch, dass ein guter Coach nicht immer teuer sein muss.

Alles Gute!

Andreas Möbius

Schlusswort

Coaching kann sicherlich eine Möglichkeit sein, dass eigene Leben wieder in den Griff zu bekommen. Dennoch können nicht alle Probleme oder Anliegen mit einem Coach ins Reine gebracht werden.

Von dem Coach werden Sie keine Anleitung für die Lösung bekommen. Im Gegenteil: Sie sind gefordert und müssen entsprechend auch Leistungen erbringen.

Ein Coach ist wie eine Art Stütze anzusehen, der ihnen in schweren Zeiten zur Seite steht und Hilfestellungen bietet. Bei Suche nach einem guten Coach sollten Sie stets auf Ihr Bauchgefühl hören. Wichtig ist vor allem, dass Sie sich wohlfühlen.

Ob die Kosten dann auch für den Coach gerechtfertigt sind, müssen Sie selbst entscheiden. Dennoch gehört das Coaching heute zu unserem Leben dazu. Und dies wird sich wohl in den kommenden Jahren auch nicht mehr ändern.

Impressum

Rechtliche Hinweise

Das Copyright zu diesem eBook Ratgeber liegt bei Andreas Möbius. Alle Rechte vorbehalten.

Dieser eBook Ratgeber darf - auch auszugsweise - nicht ohne schriftliche Genehmigung durch den Autor (Andreas Möbius) kopiert werden. Verstöße werden sofort abgemahnt und rechtlich verfolgt.

Haftungsausschluss: Die Inhalte dieser Publikation wurden sorgfältig recherchiert, aber dennoch haftet der Autor nicht für die Folgen von Irrtümern, mit denen der vorliegende Text behaftet sein könnte.

Dieser eBook Ratgeber darf des weiteren weder verkauft, noch kostenlos weitergegeben werden. Ein Verkauf ist nur möglich, wenn die entsprechende Lizenz schriftlich durch den Autor erteilt wurde. Ansonsten werden auch hier Zuwiderhandlungen sofort strafrechtlich verfolgt.

Der Autor übernimmt keine Garantie für den Erfolg einzelner Personen, da dies von Fähigkeiten und dem Engagement jeder einzelnen Person selbst abhängig ist. Alle Angaben und Beispiele, die hier erwähnt und erläutert werden, dürfen nicht als Versprechen oder Garantie für Einnahmen und Erfolge angesehen werden. Alle Inhalte dieses eBook Ratgebers wurden sorgfältig recherchiert. Der gesamte Inhalt dieser Publikation beruht auf dem Wissen des Autors, welches er sich über zahlreiche Medien und durch eigene Erfahrungen ausschließlich selbst angeeignet hat. Sollten in dieser Publikation Ähnlichkeiten bzgl. der Schreibweise zu anderen Medien zu erkennen sein, so ist dies ausschließlich auf die Grammatik und allgemein logische Satzbauweise zurückzuführen.

Das Layout wurde vom Autor selbst gewählt und entworfen. Alle darin befindlichen Grafiken wurden entweder selbst entworfen, aus lizenzfreien Quellen bezogen oder, falls notwendig, mit dem Copyright-Vermerk versehen.

Sollten Inhalte anderer Medien hiervon unrechtmäßig berührt sein, ist dies dem Autor unverzüglich mitzuteilen, ohne vorhergehende Abmahnung. Weitergehend übernimmt der Autor keine Haftung für die Inhalte verlinkter Seiten. Für deren Inhalte sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

Diese Rechtsbelehrung ist aufgrund gesetzlicher Bestimmungen erforderlich und wird hiermit anerkannt. Weiter wünscht der Autor viel Spaß beim Lesen, Studieren und Anwenden der vorliegenden Publikation.