

UTE SIMON-ADORF

# Coaching

– was passiert denn da?



**Ein Buch für jedermann.**

**Antworten auf 35 wichtige und  
berechtigte Fragen.**

## 1. Was macht ein Coach? Kann das jeder?

Ein Coach kann viele Positionen innehaben: Manchmal ist er Starthelfer, dann wieder Berater, ein anderes Mal Katalysator, Prozessbegleiter, Trainer oder Moderator und sehr oft auch einfach nur ein guter Zuhörer.

Das Wort Coach hat seinen Ursprung im Ungarischen und bedeutet „Kutsche“. Nun, die Kutsche ist ein Beförderungsmittel. Von einem Ort zum anderen. Wer sich in eine Kutsche hineinsetzt, hat ein Ziel vor Augen. Die Kutsche ist dabei Mittel zum Zweck. Damit es schneller geht, damit man auf dem Weg bleibt, zielgerichtet. Denn, wenn der Reisende dem Kutscher sein Ziel genannt hat, so verlässt er sich darauf, dass der Kutscher die richtige Begleitung auf seinem Weg ist. Er bringt ihn seinem Ziel näher, Schritt für Schritt.

Grundsätzlich ist das auch die Aufgabe eines Coachs: Die Begleitung des Kunden auf dem Weg zu seinem Ziel. Dies kann erfolgen durch Tipps, Ratschläge oder auch Impulse. Coaching bedeutet, „Hilfe zur Selbsthilfe“ zu geben, durch gezielte Fragen den Kunden selbst auf für ihn passende Lösungen zu bringen. Durch diesen Ansatz ist die Wahrscheinlichkeit größer, dass der Kunde den eigenen Weg auch geht. Der Kunde fühlt, es ist die eigene Idee, seine Intuition, passend zu seiner Person. Es wird ihm nichts aufdiktiert. Das Ergebnis einer Coachingsitzung sind nicht immer neue Wege, es kann auch die Bestätigung sein, dass der bisherige Weg der richtige Weg ist.

Auch ist es von Kunde zu Kunde und Gespräch zu Gespräch unterschiedlich, was genau der Coachee\* braucht. Manchmal ist es wichtig, zuzuhören, manchmal sind es Impulse, die benötigt werden, und manchmal bedarf es einiger Ratschläge oder Tipps, die den Kunden seinem Ziel näher bringen. Dies zu erkennen, zeichnet einen guten Coach aus. Ein Leitgedanke im Coaching ist: „Gib dem Kunden, was er braucht, nicht immer unbedingt, was er will.“ Grundsätzlich gilt: Der Kunde ist der Kundige – der eigene Inhaltsexperte – und der Coach der Prozessexperte – er wählt die passende Intervention\* aus!

Zur Frage, ob das jeder kann? Die Berufsbezeichnung „Coach“ ist nicht geschützt. Das heißt, jeder kann sich so nennen. Professionelle Coaches haben jedoch meist eine intensive Ausbildung absolviert und können dies durch eine Zertifizierung nachweisen. Und darauf sollten Sie als Kunde Wert legen. Fragen Sie beim Coach Ihrer Wahl nach! Es geht um Sie!

***„Wessen wir am meisten im Leben bedürfen,  
ist jemand, der uns dazu bringt, das zu tun,  
wozu wir fähig sind.“***

*Ralph W. Emerson*