

Coaching-Angebote von Ernst Aebi

Fragen zum Coaching: Was nützt mir das?

Wer kann von Coaching profitieren?

Kader und Mitarbeitende aller Stufen mit Projekt- und Führungsaufgaben
Generell Menschen, die für sich persönlich weiterkommen wollen.

Was ist das Ziel, was soll mir das bringen?

Die genaue Zielsetzung wird im ersten Coachinggespräch herausgearbeitet. Oft geht es darum, neue Alternativen zu sehen, eine Klärung vorzunehmen oder eine Entscheidung zu finden, z.B. in schwierigen oder gar unlösbar erscheinenden Führungssituationen, bei persönlicher (Arbeits-) Überlastung, in belastenden Konflikten, für Motivationstiefs usw.

Was soll ich mir unter "Coaching" vorstellen?

Ein Coaching ist ein Gespräch mit einem neutralen Partner, der Ihnen intensiv zuhört, spezielle, ev. auch provozierende Fragen stellt, Ihnen einen Spiegel vorhält und Sie dabei unterstützt, Ihr eigenes Verhalten intensiv zu reflektieren, Blockaden aufzulösen, neue Wege zu finden und Ziele zu erreichen.

Wie läuft ein Coaching im Detail ab?

In einem ersten, ca. 1½ – 2 stündigen Gespräch werden der Rahmen und die Ziele abgesteckt, die dann in 1 – 5 weiteren solchen Gesprächen erreicht werden sollen. Je nach Verlauf können weitere Gespräche folgen.

Der Coach gibt nur die Struktur des Gespräches vor, hört zu und stellt Fragen. Die Themen und Inhalte werden durch Sie als Klientin und Ihre Bedürfnisse bestimmt.

Wer kann coachen?

In der Regel wird für ein professionelles Coaching ein externer, unabhängiger Coach beigezogen, der nicht zum "System" (Unternehmen, Verein, Behörde, Gesellschaft usw.) gehört.

Coaching im weiteren Sinne (Beraten, Unterstützen der Mitarbeitenden) gehört natürlich auch zu den Aufgaben jeder modernen Führungskraft. Es stösst aber schnell an Grenzen, da Vorgesetzte in der Coach-Rolle oft mit ihren anderen Rollen (als Manager, disziplinarische Vorgesetzte usw.) in Konflikt kommen.