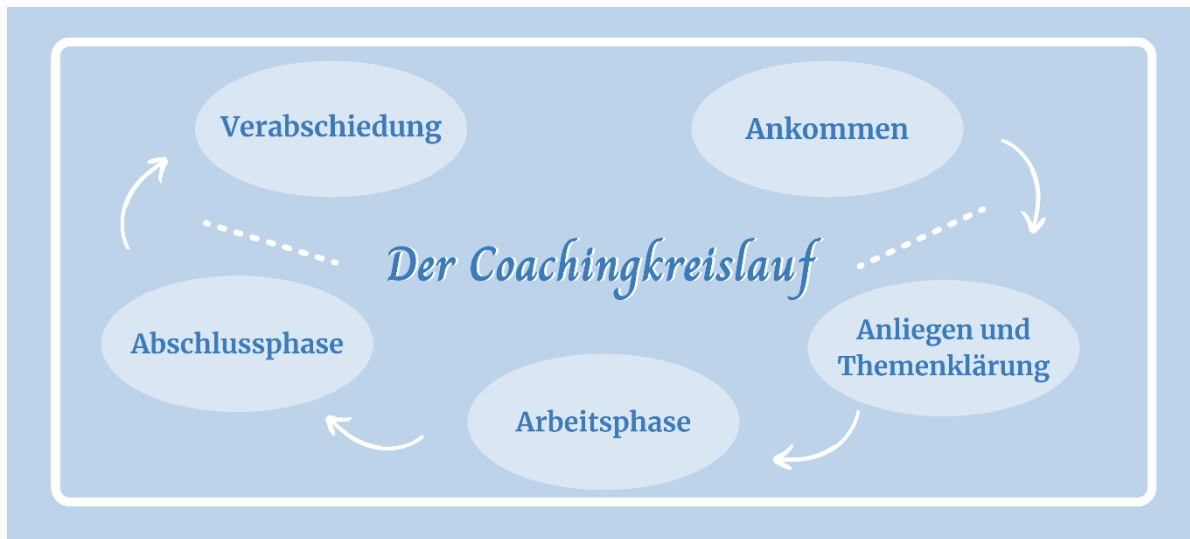


DER COACHINGKREISLAUF



Eine Coachingstunde dauert, je nach Rahmenbedingungen, 60 – 120 Minuten.

In dieser Zeit müssen Themen und Anliegen des Coachees sinnvoll strukturiert werden, um zielorientiert das Problem bearbeiten zu können. Der Coachingkreislauf enthält dabei Kontenpunkte, die zur Orientierung und Strukturierung gedacht sind.

EINE COACHINGSTUNDE IM ÜBERBLICK

Der Kreislauf erstreckt sich über fünf Phasen: Ankommen – Anliegen- und Themenklärung - Arbeitsphase - Abschlussphase – Verabschiedung. **Was sollte hier übergreifend beachtet werden, um einen konstruktiven Prozess zu unterstützen?**

ANKOMMEN UND THEMENKLÄRUNG

Bereits in der ersten Phase kann auf die Stimmung und Energie des Coachees geachtet werden und auf das aktuelle Thema des Coachees. Daher stehen vor allem diese Fragen an den Coachee im Vordergrund:

- Was ist Ihnen heute wichtig?
- Wo möchten sie heute weitermachen?

Oder auch direktiv auf einen konkreten Zusammenhang bezogen:

- Beim letzten Mal erschien ihnen der XY Aspekt wichtig ...”

IN DER ARBEITSPHASE

Hier steht die Hypothesenprüfung im Vordergrund. Die Inkongruenz (vgl. Lesereihe Nr. 15) wird geklärt: Dabei kann nach Gleichem Ausschau gehalten werden: Inwieweit gibt es Wiederkehrende Themen und welche Ziele werden genannt?

Trotz aller Prozessstrukturierung kann es hier sein, dass sich eine Coachingstunde „dreht“: dass das Gefühl aufkommt, dass der Prozess stockt. Dann hilft es, aus den Inhalten herauszutreten und sich wieder auf die zwei personenzentriert-integrative Maxime zu konzentrieren:

1. Was passiert im Hier-und-Jetzt und
2. was passiert im Prozess, im Verlauf?

VOR DEM ABSCHLUSS

Zum Ende der Coachingstunde sollten noch einmal die Mitarbeit und Umsetzungsenergie des Coachees überprüft und gegebenenfalls besprochen werden. Ebenfalls sollte eine neue Vereinbarung oder ein Transfer geklärt werden. Dabei können auch mögliche Teilziele festgehalten werden.

KREISLAUF = FORTLAUFENDE ÜBERPRÜFUNG DES ROTEN FADENS

Die Knotenpunkte des Coachingsverlaufes, befinden sich zwischen dem Einstieg in das aktuelle Thema und der Abschlussphase (vgl. gestrichelte Linie, Grafik oben). Zwischen diesen beiden Punkten sollte - besonders in der Arbeitsphase - eine (implizite) Überprüfung folgender Fragen stattfinden:

- Gibt es noch eine Übereinstimmung zwischen Anlass, Auftrag, Thema und Ziel?
- Oder dreht sich der das Thema im Kreis und der Prozess stockt?
- Was müsste nochmal genauer beachtet werden? Was müsste nochmal thematisiert werden?

Zur Klärung bilden im personenzentriert-integrativen Coaching diese **Leitfragen** dazu der rote Faden:

1. Was passiert gerade, im Hier-und-Jetzt?
2. Welche Relevanz hat das Hier-und-Jetzt für das Thema/ die eingebrachten (Arbeits-)Situation, das Problem?
3. Welche Beziehungsmuster werden zwischen Coach und Coachee deutlich? Welche Bedeutung haben sie im Arbeitskontext?

In einer Abschlussevaluation können dann die Korrelationen, von Prozessverlauf und dem Hier-und-Jetzt des Erlebens des Coachees, überprüft werden. Denn hier beginnt und schließt sich der Kreis des Qualitätsanspruches im Coaching: Es ist die Frage nach dem kongruenten Ergebnis für den Coachee. Denn Dieser ist letztlich das Entscheidende – er trägt den langfristigen Erfolg der Umsetzung.

Sie haben Fragen oder Anmerkungen zum Artikel?

Wir freuen uns über Ihre [Mail](#)