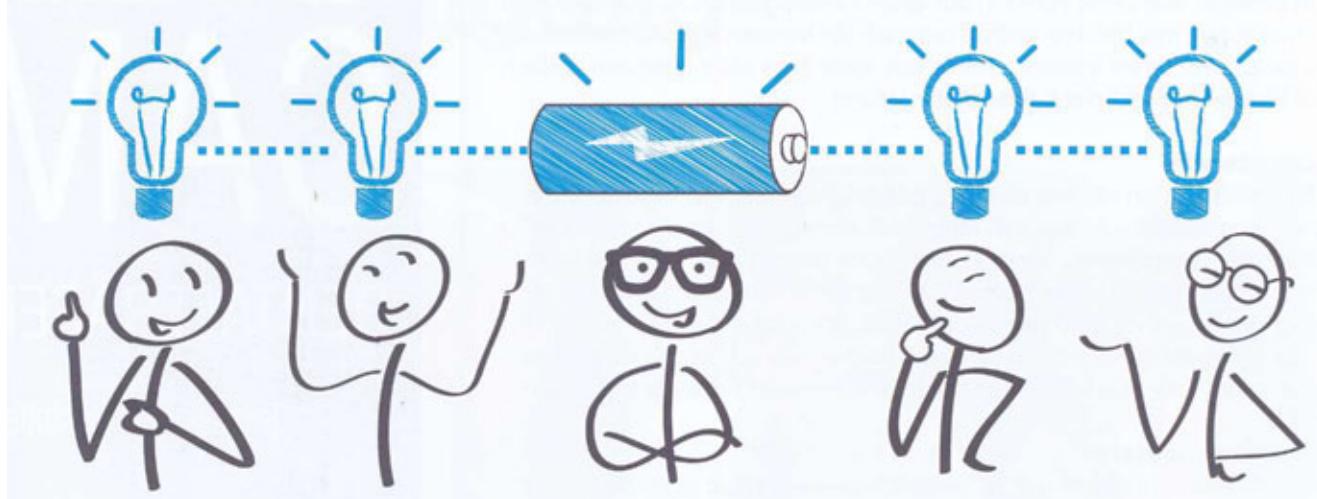


So finden Sie „Ihren“ Coach



Coaches gibt es inzwischen wie Sand am Meer. Entsprechend schwer fällt es oft, sich im Bedarfsfall für einen Unterstützer zu entscheiden. Einige Tipps von Dierk Rommel, wie Sie den passenden Coach finden.

- ① Fragen Sie sich zunächst: Auf welche Art Fragen suche ich eine Antwort? Persönliche? Familiäre? Berufliche? Unternehmerische? Oder gar Sinn-Fragen? Außerdem: Warum finde ich keine Antwort? Und warum kann ich mich nicht entscheiden? Hieraus können Sie ableiten, welche Kenntnisse, Erfahrungen „Ihr Coach“ haben sollte.
- ② Coach ist kein geschützter Beruf. Jeder darf sich so nennen. Lassen Sie sich deshalb von den Coaches, die Sie in Betracht ziehen, einen Lebenslauf geben, aus dem hervorgeht, welche Ausbildungen die Person durchlaufen und welche Lebens-/Berufserfahrung sie gesammelt hat.
- ③ Holen Sie mehrere Angebote ein und vergleichen Sie diese.
- ④ Fragen Sie den Coach nach Referenzen. Nennt er Ihnen Referenzen ohne ausdrückliche Erlaubnis seiner Klienten, ist Vorsicht geboten. Dann hält er sich vermutlich auch bei Ihnen nicht an die zugesagte Diskretion.
- ⑤ Ein guter Coach hilft Ihnen, sich zu entscheiden. Außerdem begleitet er Sie beim Umsetzen der Entscheidung. Deshalb sind gute Coaches spezialisiert - zum Beispiel auf die Beratung bei persönlichen, beruflichen oder unternehmerischen Fragen (selbst wenn sich diese beim Coachen oft nicht sauber trennen lassen). Trotzdem gilt: Ein Coach, der behauptet, er sei bei allen Problemlagen fit, ist kein guter Coach.
- ⑥ Verlangen Sie ein Vorgespräch, bei dem Ihnen der Coach sein Vorgehen erklärt. Seriöse Coachs arbei-
- ten transparent und können Ihnen ihre Arbeitsweise erläutern.
- ⑦ Fragen Sie den Coach, wo für ihn die Unterschiede zwischen Therapie und Coaching beziehungsweise Beratung/Training und Coaching liegen. Ein professioneller Coach hat hierzu einen klaren Standpunkt.
- ⑧ Vertrauen Sie auf Ihr Gefühl. Wenn Sie beim Vorgespräch das Gefühl haben, „die Chemie stimmt nicht“ oder „der Coach kann mir nicht helfen“, sollten Sie sich einen anderen suchen.
- ⑨ Schließen Sie mit Ihrem Coach eine schriftliche Vereinbarung ab, wie oft, wie lange und in welchem zeitlichen Abstand Sie sich treffen. Klären Sie mit ihm zudem, inwieweit er Ihnen auch zwischen den Sitzungen als Ansprechpartner zur Verfügung steht.
- ⑩ Vereinbaren Sie mit ihm auch, bis wann Ihr „Problem“ gelöst sein sollte, denn ein Coaching ist stets zeitlich begrenzt.

Zum Autor: Dierk Rommel, Hamburg, arbeitet als Business- und Führungskräftecoach vorrangig für Dienstleistungsunternehmen - wie (Markt-)Forschungseinrichtungen, Planungsbüros, Wirtschaftsprüfungsgesellschaften und Consulting-Unternehmen. Außerdem unterstützt er als Karriereberater und -coach Fach- und Führungskräfte beim Entwickeln und Realisieren neuer beruflicher Perspektiven. Infos unter www.dierk-rommel.de