

# Coaching

Philosophie und Formen

Dr. Frank Strikker

Universität Bielefeld

Tel.: 0521 – 106-3143 (Sekretariat)

[frank.strikker@uni-bielefeld.de](mailto:frank.strikker@uni-bielefeld.de)



## Coaching

Coaching ist ein **Einzelberatungsprozess**, der zum Ziel hat, durch geeignete Intervention

- Wahrnehmungsblockaden zu lösen,
- Selbstveränderungsprozesse in Gang zu setzen,
- Verhaltensleistungen zu optimieren.

Coaching ermöglicht dem Coachee ermöglichen, seine Fähigkeiten bei der Lösung von Problemen und der Bewältigung von Anforderungen effizienter zu nutzen.

## Coaching

... ist eine effektive Form der persönlichen Veränderung  
in einer konkreten Lebens- und Arbeitssituation

Effektives Lernen und **erfolgreiches Handeln in dieser Situation** heißt:

- klares Bild vom status quo verschaffen (Analyse, Diagnose).
- erkennen der relevanten Handlungsfelder (Probleme und zukünftige Anforderungen/ Ziele).
- ressourcen- und lösungsorientierte Denk- und Verhaltensweisen entwickeln.
- periodisches Bilanzieren und Reflektieren der erreichten Ergebnisse (Erfolge bewusst machen, Entwicklungspotentiale verdeutlichen).
- mutig neue Wege gehen und damit neue "Qualitäten" schaffen

## Coaching Bereiche

Business - Coaching



Sport – Coaching



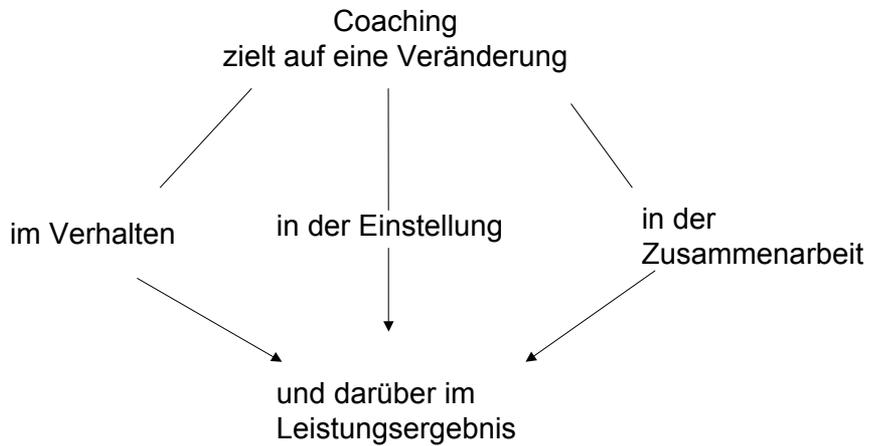
Life - Coaching



## Coaching Arten

- Einzel – Coaching
- Gruppen – Coaching
- Team – Coaching
- Auftrags – Coaching
- Systemisches – Coaching
- Konflikt – Coaching
- Karriere – Coaching
- Dance – Coaching
- Super – Coaching
- TV – Coaching

## Coaching Ziele



## Coaching Formen

### 1) Coaching als externe Trainerqualität (prozeßextern)



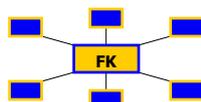
Coach: Trainer (extern/intern), Personalentwicklung

### 2) Coaching als individuelle, temporäre Führungsqualität



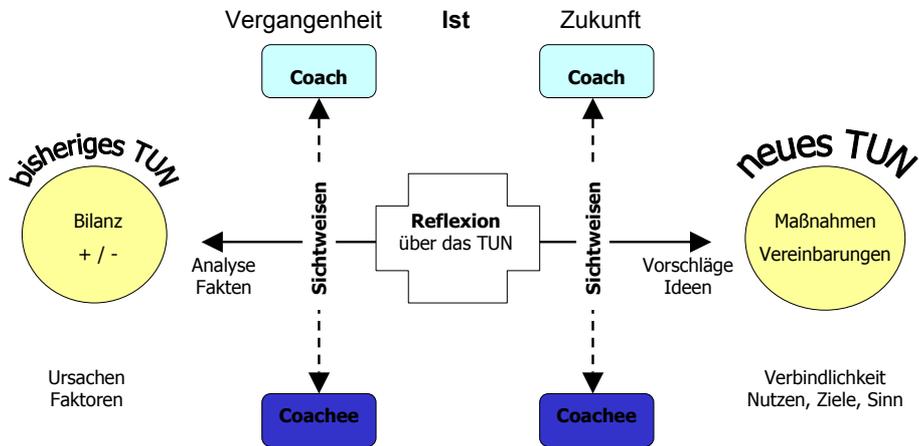
Coach: Führungskraft, Personalentwicklung, Projektleiter

### 3) Coaching als Personalentwicklung in der Linie



Coach: Führungskraft

## Das Coaching-Gespräch

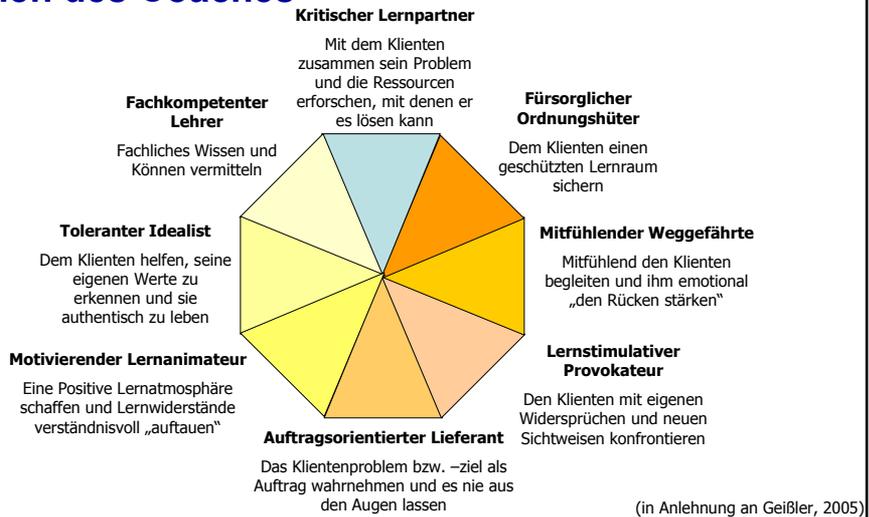


## Coaching Qualität

### Was macht die besondere Qualität von Coaching aus?

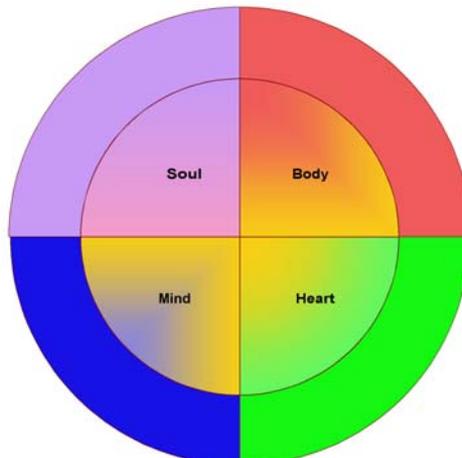
- Einwirken auf Denken, Fühlen und Wollen des Coachees.
- Wahrnehmungsblockaden beim Coachee lösen und Selbstanalyse-prozesse anregen.
- Das Vertrauen des Coachees in die eigenen Leistungsmöglichkeiten fördern.
- Beim Coachee Selbstentwicklungsprozesse in Gang setzen.
- Dem Coachee interessante Entwicklungschancen anbieten.
- Entwicklungspläne mit dem Coachee erstellen.
- Unterstützung anbieten und geben, wo sie der Coachee will und wo sie ihn auch tatsächlich voran bringt.

## Rollen des Coaches



## Balanced Coaching

### Balanced Coaching



© Anja Leao, 2005