

## Persönliche Handlungsoptionen erweitern Executive Coaching

### Beratungsanlässe und Nutzen

Coaching ist ein angeleiteter, berufsbezogener Beratungsprozess schwerpunktmäßig für Führungskräfte. Die Begleitung wird individuell auf die Bedürfnisse, Fragestellungen und Ziele des Klienten abgestimmt. Ziel ist es, die persönlichen Handlungsoptionen der Klienten im beruflichen Kontext zu erweitern und ihre Entscheidungssicherheit bei wichtigen Fragestellungen zu stärken. Das eigene Verhalten, die Stärken und Schwächen werden reflektiert und konstruktive Lösungen für unterschiedliche Fragestellungen und Konfliktsituationen erarbeitet. Als Coach ermögliche ich Perspektivenwechsel, gebe Feedback und konfrontieren, wenn es nützlich erscheint, mit den „blinden Flecken“.

### Die Anlässe und Fragestellungen für ein Coaching können sehr unterschiedlich sein. Zu den häufigen Themen zählen:

- Begleitung in spezifischen Fragestellungen z.B.
  - Übernahme neuer Unternehmensaufgabe mit veränderten Zielsetzungen
  - Führungsnachfolgen, interkulturelle und virtuelle Führungsaufgaben
  - Integrationsaufgaben und Veränderungsphasen
  - Begleitung in Krisen und Konfliktsituationen
- Wunsch nach Reflexion z.B.
  - Reflexion eigener Führungsstrategien, Rollen, Wirksamkeit und blinder Flecken, Sinnfragen, Umgang mit Burn-Out, Work-Life-Balance
  - Positionierung im eigenen Unternehmenskontext oder im Kundensystem, Umgang mit Macht
  - Treffen und Kommunizieren schwieriger Entscheidungen, Umgang mit Lob und Kritik

### Vorgehensweise

Das Coaching findet traditionell in einer vertraulichen Einzelberatung unter 4 Augen statt. Als Coach Sorge ich für einen äußeren Rahmen in dem Lernen und Veränderung möglich ist. Die Verantwortung für die angestrebte Veränderung liegt bei dem Klienten selbst. Grundvoraussetzung für ein erfolgreiches Coaching ist, die Bereitschaft des Klienten zur Reflexion und Veränderung sowie die Akzeptanz durch die direkt Beteiligten und die dahinterstehende Organisation.

Die Anzahl der Coachingeinheiten ist von den zu bearbeitenden Themen abhängig. Eine Coachingsequenz umfasst in der Regel 3-4 Stunden. Bei spezifischen Fragestellungen reicht erfahrungsgemäß ein Coaching von 3 bis 5 Sequenzen aus. Bei der Unterstützung von Entwicklungsprozessen kann eine Begleitung über einen längeren Zeitraum, beispielsweise 6 oder 12 Monate und in längeren Coachingssequenzen 0,5 bis 1 Tag, sinnvoll sein. Ein genauer Kontrakt hierüber, wird im Rahmen der ersten Coachingsequenz definiert.

