

## Handout Coaching

### **Konsequente Förderung.**

Coaching ist als professionell-kompetente und individuelle Beratung primär eine begleitende Klärungs- und Orientierungshilfe für Führungskräfte bzw. Personen mit besonderen Entscheidungsbefugnissen.

Verdeutlichend kann hier erwähnt werden, dass Coach im englischen auch Kutsche bzw. Kutscher bedeutet: Die Wahl des Zieles liegt immer beim Coachee oder Fahrgast, der Kutscher kennt dabei viele Wege, um dieses Ziel sicher zu erreichen.

Coaching wird dabei als ressourcen- und lösungsorientierte Prozessberatung verstanden: Der Kunde ist Experte für seine Probleme und Lösungen, der Coach ist Experte für den Weg zum Finden der Lösung. Ziel ist immer die Förderung der technischen, konzeptionellen und sozialen Kompetenzen für die Lösung von Management-Aufgaben (Planung, Organisation, Personaleinsatz, Führung, Kontrolle) bzw. die gezielte Unterstützung bei Ihrem Selbstmanagement.

Die Kombination aus individueller Unterstützung bei der Problembewältigung und der persönlichen Beratung hilft Coaching auf der Prozessebene auf der Grundlage einer gesunden, freiwilligen und damit gewünschten Beratungsbeziehung. Der Klient lernt, seine Probleme effizienter selber zu lösen, seine wirklich wichtigen Ziele zu setzen und - nicht nur businessbezogen- sehr eigenständig effektive Ergebnisse zu erreichen.

### **Beratung auf Prozessebene.**

Bei der Prozessberatung gibt es keine direkten Lösungsvorschläge: Der Klient entwickelt eigene Lösungen („Hilfe zur Selbsthilfe“).

Als Prozessberater forcieren ich als Ihr Coach die systematische Aufarbeitung von Problemursachen bzw. die Entwicklung von Lösungsstrategien - ein Vorhaben, das von Ihnen als Klient alleine meist schon aus Zeitmangel nur unzureichend bewältigt werden kann.

Coaching dient daher der Identifikation und Bearbeitung von Problemursachen zur grundlegenden Lösung der zum Problem führenden Prozesse.

Systemisch gesehen beeinflusst Coaching dabei sowohl die Business- als auch die Personal-Ebenen: Als Coach schaffe ich mit Ihnen Klarheit und unterstütze Sie bei der Umsetzung Ihrer angestrebten Ziele.

### **Führungskräfte-Coaching**

Mit der Qualität Ihres Führungsverhaltens verbunden steht und fällt die Leistungsfähigkeit Ihrer Mitarbeiter und Ihre eigene Motivation-denn was ist anstrengender, als immer nur zu reagieren?

Führungs-Coaching stellt einen individuellen und praxisnahen Weg dar, Ihre Führungsqualität gezielt, bedarfsorientiert und sehr wirksam zu erhöhen. Auf dem Weg zu einer (sich) selbstbewussten Führungskraft begleite und unterstütze ich in Einzel- und/oder Teamcoachings.

Stress und Unzufriedenheit in der (Führungs-) Position und Situation, schwierige (persönliche) Entscheidungen, wiederkehrende Probleme im Beruf/Job oder im

Privatleben oder eine konfliktgeladene Kommunikation mit Kollegen, Partnern oder Vorgesetzten: In Situationen des beruflichen oder persönlichen Alltags kann durch Coaching die eigene Handlungsfähigkeit stark erhöht werden.

Dabei werden in den Coaching-Sitzungen die (Selbst-) Führungskompetenzen in den folgenden Beispiel-Feldern erhöht:

- Prozesskompetenz (Führung als Prozess zu begreifen)
- Kommunikationskompetenz (Führungskommunikation stärken) Rollenfindung (die eigene Rolle stärker wahrnehmen) Selbstcoaching (eigene Erfolgsfaktoren und Krisen managen)
- Entscheidungskompetenz (Entscheidungen aktiv treffen können)
- Motiv(ations)kompetenz (motivorientierte Führung)
- Konfliktlösungskompetenz (Konflikte inhaltlich erkennen)
- Zielkompetenz (Ziele definieren, kommunizieren und umsetzen)
- Stress-/Selbst-/Zeitmanagement (Mit Stress und Zeitnot umgehen)
- Methodenkompetenz (Methodisches Wissen zur Selbsthilfe erlangen)

### **Telefon-oder Web-Coaching**

Ihr Beruf bzw. Ihre Situation lässt Ihnen keine Zeit, persönlich einen Coach aufzusuchen?

Sie müssen dennoch nicht auf ein Coaching verzichten, denn lösungsorientierte Unterstützung erhalten Sie bei mir auch bequem per Telefon oder bei Bedarf auch online: Eine geeignete Webcam und die nötige Software und Installation wird Ihnen bei Buchung eines Coachings sogar kostenlos von mir zur Verfügung gestellt.

Wenn große Dringlichkeit herrscht und keine Zeit vorhanden ist, ist Telefon-oder Web-Coaching oft eine sehr pragmatisch-wertvolle und unkomplizierte Ergänzung. Diese Möglichkeit zum Coaching wird oft parallel zu einem laufenden Präsenz-Coaching-Prozess gebucht.

Kurzfristige Termine stimme ich gerne auf Ihren persönlichen Zeitplan zugeschnitten ab. Beratungen in den Abendstunden oder an Wochenenden sind prinzipiell selbstverständlich auch möglich. Ein Erstgespräch ist dabei natürlich immer unverbindlich und kostenlos.

Der Ablauf Ihres Telefon-oder Webcoachings sieht in etwa so aus: Sie rufen mich an; wir besprechen Ihr Anliegen, klären Ziele und Konditionen. Haben Sie sich für ein Coaching entschieden, entwerfen wir gemeinsam Ihren Coachingplan mit allen Vereinbarungen. Diesen erhalten Sie dann kurzfristig per E-Mail von mir zugestellt.

In jedem Telefon-oder Web-Coaching erarbeiten wir Ihre individuellen Fragestellungen, mit denen Sie sich anschließend aktiv auseinander setzen. Die Ergebnisse der Nacharbeit werden ggfls. im nächsten Coachingtermin erneut bearbeitet und immer mit den eingangs erarbeiteten Zielen abgeglichen.

Auf diese Weise sparen Sie Telefongebühren und Zeit, behalten den Überblick über Ihren eigenen Fortschritt und sind jederzeit optimal vorbereitet auf Ihren nächsten Coaching-Termin.

Noch eine Anmerkung: Nicht alle, aber viele Themen sind für ein Telefon-oder Webcoaching geeignet.

Ihr persönliches Anliegen dafür infrage kommt, bespreche ich vorher gerne ausführlich mit Ihnen.

---

Haben Sie Interessen an meiner Arbeit bekommen oder bestehen Fragen oder Anmerkungen? Dann freue ich mich, mit Ihnen Kontakt aufnehmen zu dürfen!



**Detlef Kahrs**  
Training Beratung Coaching

Contrescarpe 8 c  
D-28203 Bremen

fon +49 - (0)421 - 6996034  
fax +49 - (0)421 - 6996036  
mobil +49 - (0)177 - 6517040  
mail [info@kahrs-beratung.de](mailto:info@kahrs-beratung.de)