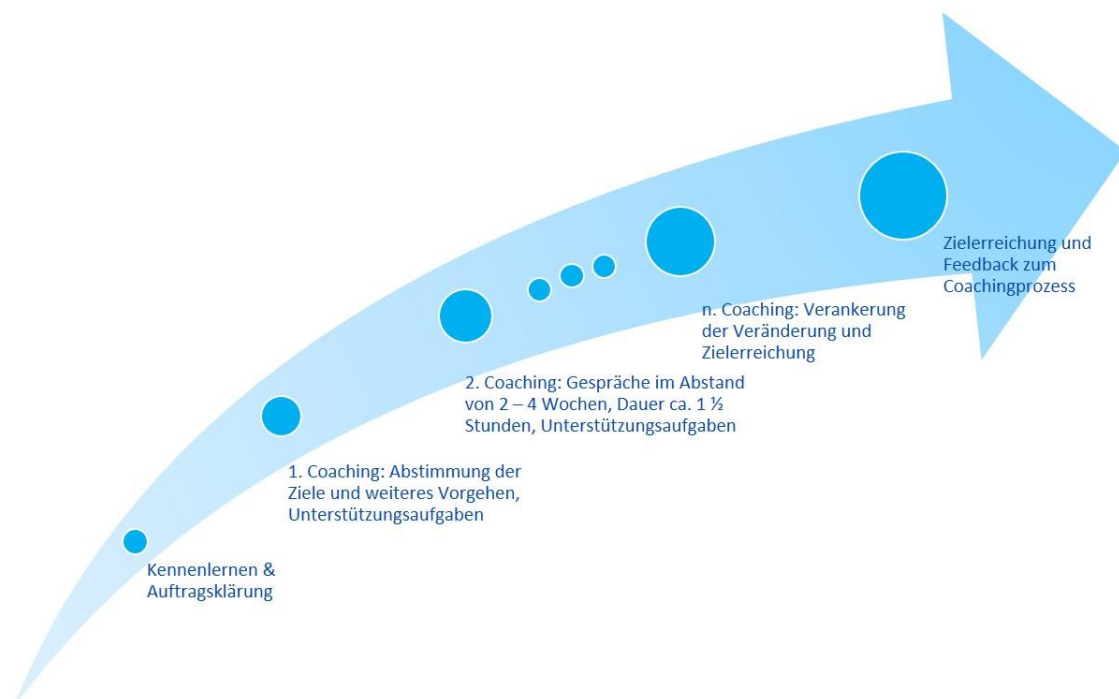


Coaching Prozess – Einzelpersonen

Unser Coaching ist immer situativ und individuell an den Bedürfnissen des Auftraggebers (im folgenden Coachee) orientiert. Wir beschreiben hier einen Rahmen für einen typischen Verlauf zum Verständnis des Prozesses.

Dieser Rahmen wird nicht notwendigerweise immer in derselben Reihenfolge ablaufen. Deshalb unterscheiden wir die zeitliche Gliederung und den inhaltlichen Ablauf wie im Folgenden beschrieben.

Zeitlicher Ablauf

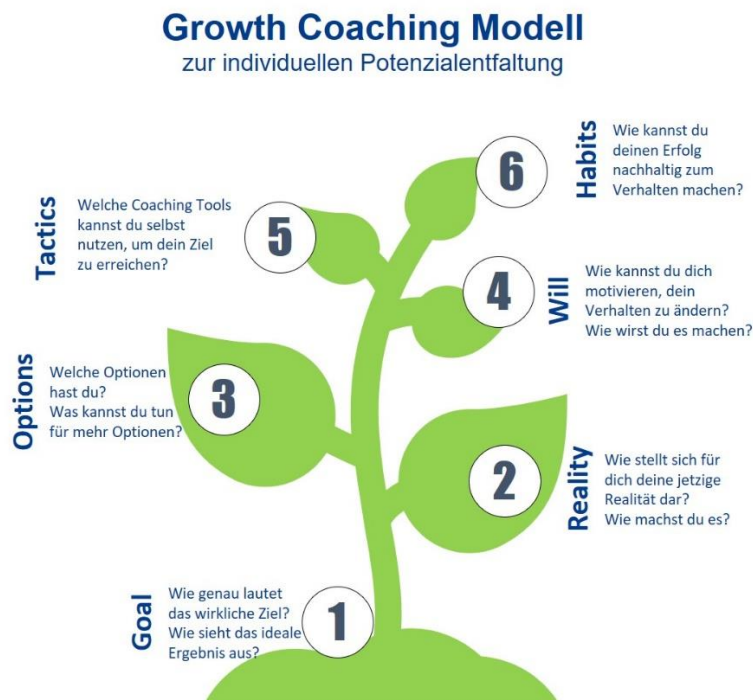


In einem ersten, persönlichen Gespräch mit dem Coachee lernen wir uns näher kennen, um herauszufinden, ob wir zueinander passen und miteinander arbeiten wollen. Gemeinsam mit Coachee und Auftraggeber klären wir die Ziele und Rahmenbedingungen des Coachings.

Im ersten Coaching-Gespräch führen wir gemeinsam mit dem Coachee eine Feinabstimmung seiner Ziele durch. Diese werden wir zur späteren Überprüfung der Zielerreichung schriftlich festhalten. Weiterhin strukturieren wir den Coaching-Prozess, um das Erreichen der Ziele optimal zu unterstützen, und geben Unterstützungsaufgaben.

Die weiteren Coachings finden in Abständen von 2 bis 4 Wochen statt. Individuelle Unterstützungsaufgaben helfen den Coachees in Veränderung zu kommen. Am Ende wird die Zielerreichung reflektiert und Tools zur nachhaltigen Verankerung besprochen.

Inhaltlicher Ablauf



Die hier beschriebene Vorgehensweise in Anlehnung an dem Growth Coaching Modell (vgl. <http://www.growthcoaching.com.au/about/growth-approach>) ist ein möglicher Rahmen, der sich im beruflichen Kontext vielfach bewährt hat. Der Prozess und die individuelle Potenzialentfaltung müssen nicht unbedingt immer in dieser Reihenfolge ablaufen und kann iterativ eine Reihe von Schleifen enthalten.

- ✓ Das „wirkliche Ziel“ ist oftmals ein Ziel, das anfangs nicht offensichtlich ist. Wir klären gemeinsam, wie es genau lautet bzw. aussieht. Und vor allem: Wie sieht das ideale Ergebnis aus?
- ✓ Wie wird die „aktuelle Realität“ vom Coachee wahrgenommen? Wie genau nimmt der Coachee diese wahr?
- ✓ Die Aktivierung von inneren Ressourcen für dazu, dass wir mehr Handlungsoptionen haben. Entsprechende Unterstützungsaufgaben helfen dabei.
- ✓ Welche individuellen Metaprogramme laufen beim Coachee in verschiedenen Situationen ab? Wie kann der Coachee diese bewusster zum Vorteil aller Beteiligten steuern?
- ✓ Wie kann der Coachee seine individuellen Handlungsmuster bewusst wahrnehmen und entscheiden, welches am besten für alle Beteiligten geeignet ist.
- ✓ Welche Methoden können vom Coachee selbst in Zukunft genutzt werden um, Veränderung nachhaltig zu gestalten?

Lacobe GmbH – Coaching

Heike Langer &
Prof. Dr. Volkmar Langer
Im Dubben 35
31789 Hameln

E-Mail: kontakt@lacobe.de
Web: www.lacobe.de
Tel.: +49 5151 996 1413
Mobil: +49 151 645 104 71