

Tipps und Checklisten - Weiterbildung Checkliste

Wie findet man einen guten Coach?

Mancher Weg ist weit, heisst ein Lied des deutschen Liedermachers Jürgen Werth. In einer Krise den Gang zu einem Berater oder Coach zu machen, kann sehr schwierig sein - je nachdem wie gross die Probleme, der Stress und die Überforderung sind. Weiter kann die Aussicht, auch die eigenen Fehler am *ganzen Schlamassel* im bevorstehenden Gespräch durchzuarbeiten, zusätzlich hemmen! Ja, es gibt Wege, die scheinen endlos.

Wer Lebensberatung bzw. Coaching beansprucht, sollte dies nicht zu spät veranlassen. Je länger man in Krisenzeiten wartet, desto grösser die Hürden für klärende Gespräche. Begleitende Beratung hat nie das Ziel Fehler der Parteien aufzupuschen oder darauf herum zu reiten. Im Vordergrund stehen Lösungsansätze um aus der Krise herauszukommen.

Der Schritt zu einem externen Berater ist darum ein Schritt, der gezielt vorgenommen werden sollte - denn nicht in jedem Fall stimmt die Chemie zwischen dem Ratsuchenden und dem Berater.

Stellen Sie im Vorfeld Ihre persönlichen Kriterien auf.

Welche Punkte sind für Sie ganz persönlich wichtig, dass auch eine Vertrauensbasis aufgebaut werden kann? Nachstehend zehn mögliche Kriterien:

1. Das Geschlecht - eine Frau versteht in der Regel die Frau besser und bei Männern ist das nicht anders.
2. Der Coach muss meine Situation erfassen können, auch wenn ich sie vielleicht nicht konkret ausdrücken kann. Das bedeutet, er muss sich auch in meine Situation versetzen können.
3. Er muss von seinem Wesen her positiv auftreten.
4. Er lässt mich ausreden und stellt die richtigen Fragen.
5. Der Coach spricht nicht über andere Kunden aus seiner Praxis und vor allem spricht er nicht negativ über sie.
6. Er muss für meine Anliegen Zeit haben.
7. Ehrlich und Fair.
8. Sein Ziel ist meine persönliche Weiterentwicklung und / oder die Lösung eines Konfliktes.
9. Er ist in einem Konflikt mit mehreren Parteien neutral.
10. Er presst mich nicht in irgend ein Schema hinein, sondern fördert meine Persönlichkeit

Vielleicht haben Sie noch weitere Punkte. Schreiben Sie sie auf. Ein erstes Gespräch mit einem Coach ist aufschlussreich, ob die Chemie stimmt oder nicht. Das Portal Coaching-Trainer.ch bietet eine Datenbank mit verschiedenen Coaches und Beratern an. Zu Themen wie

Persönlichkeitsentwicklung, Standortbestimmung, Beziehungsprobleme lösen, Vergangenheitsbewältigung aufarbeiten, Persönlichkeitsförderung, Ehecoaching

Ein weiterer Vorteil von Coaching-Trainer.ch ist, man muss nur eine Anfrage stellen und dann einfach auf die Angebote warten.