



WHITEPAPER

BUSINESS COACHING



BUSINESS COACHING

INTRO

Im digitalen Zeitalter gibt es in allen Bereichen eine Vielzahl von Innovationen, die zu einem radikalen Wandel der Wirtschaft, Gesellschaft und Technologie führen. Menschen verspüren einen zunehmenden Leistungsdruck. Mit den wachsenden Anforderungen von Flexibilität und der steigenden Dynamik der Märkte können viele diesem Druck nur noch schwer Stand halten. Die Auswirkungen sind steigende Erschöpfungserscheinungen, psychische Belastungen sowie depressive Erkrankungen. Im Gegenzug verursacht die Globalisierung ein zunehmendes Bedürfnis nach Individualität, wodurch sich immer mehr Menschen mit ihrer Persönlichkeitsentwicklung befassen. Dieser wachsende Druck bei gleichzeitigem Wunsch nach Selbstverwirklichung führt bei vielen Menschen zur Überforderung. Eine Hilfe stellt hier Coaching dar. Es bietet Lösungsmöglichkeiten, diesen komplexen und individuellen Herausforderungen zu begegnen. Nachgewiesen ist, dass Coaching die individuellen Lernprozesse unterstützt und persönliche Entwicklungsmöglichkeiten fördert.

BUSINESS COACHING

Historie; wusstest Du?

Zum ersten Mal wurde „Coaching“ im übertragenen Sinne im Jahre 1848 von Studenten als Bezeichnung für ihren Tutor verwendet. Für die Betreuung von Sportlern wurde der Begriff ab 1885 in den USA und Großbritannien etabliert und erst ab 1960 außerhalb des englischen Sprachraums in Zusammenhang mit einer sportlichen Betreuung verwendet. In das berufliche Tätigkeitsfeld ging der Begriff ab 1980 ein, wobei ein Coach ein Coachee (zumeist dem Top Management vorbehalten) bei der Erreichung individueller Ziele unterstützt.

Neben dem beruflichen „Business Coaching“ und dem „Sport Coaching“ entwickelte sich in den 1990er-Jahren das weite Feld des „Life Coaching“, das eine breite Palette, vom Dancing Coach über den Cooking Coach bis hin zum Flirtcoaching, bereithält.

Die deutsche Übersetzung für „Coach“ bedeutet im Übrigen Kutsche und geht bis ins 15. Jahrhundert zurück, ins ungarische Dorf Kosci Szekér, in dem Pferdefuhrwerke hergestellt wurden.

Heute ist Coaching im Zuge von Organisations- und Personalentwicklung gar nicht mehr weg zu denken und wird immer wichtiger!

BUSINESS COACHING

Der Coaching Prozess, so läuft 's!

Phase 1: Der Erstkontakt

Der primäre Zweck des Erstgesprächs ist es, dass Coach und Coachee sich kennenlernen und gemeinsam entscheiden, ob eine gemeinsame Zusammenarbeit in Frage kommt. In gewisser Weise bildet der Erstkontakt das Fundament, auf dem das Coaching aufbaut.

Phase 2: Ausgangssituation und Zielvereinbarung

Diese Phase beginnt damit, die Ausgangssituation, das heißt die berufliche und persönliche Situation des Coachee, zu ermitteln. Und ein klares Ziel für den Coaching Prozess zu definieren.

Phase 3: Durchführung des Coachings

Hier startet die Unterstützung einer zielorientierten Selbstreflexion des Coachee. Üblich sind auch konkrete Vorschläge zum weiteren Verlauf seitens des Coaches sowie das Erteilen von Hausaufgaben für den Coachee. Die Bearbeitung dieser könnte beispielsweise darin bestehen, Schlüsselsituationen zu beobachten und diese festzuhalten.

Phase 4: Evaluation und Abschluss

Feedback zum Verlauf des Coachings und Klärung der Zufriedenheit des Coachee.



**Meld dich bei mir und
erhalte weitere spannende
Einblicke zu Business
Coaching oder Themen wie
Transformation Coaching.**

Dominique Stroh

CEO und New Work Consultant

FUTUREWORK CONSULTING

+49 170 4481944

dominique.stroh@futureworkconsulting.de