



TPM COACHING

Konzept

Motto: „Beginne am Anfang,“ sagte der König ernst, „dann fahre fort, bis Du fertig bist. Dann höre auf“

Lewis Caroll, Alice im Wunderland



Inhalt

- Titel und Motto
- Inhaltsverzeichnis
- Selbstverständnis
- Hintergrund
- Mögliche Fragestellungen
- Angebotene Leistungen
- Techniken und Methoden
- Ablauf des Coaching
- Ende des Coachings
- Meine Voraussetzungen



Selbstverständnis

- Ich verstehe Coaching als Unterstützung eines Individuums bei der Suche nach dem optimalen Weg, veränderten Bedingungen gerecht zu werden und mit Veränderungen, seien es innere oder äußere, umzugehen.
- Coaching ist ein Beratungsansatz, der die Schwelle zur therapeutischen Intervention nicht überschreitet, aber hilft, zum Teil erhebliche Verhaltensänderungen anzustoßen. Dabei bleibt die/der Coachee stets die ihr Handeln kontrollierende Person. Der Coach leistet mit seiner Erfahrung und seinem Instrumentarium Hilfe zur Selbsthilfe und begleitet als kritischer und wohlwollender Beobachter den Veränderungsprozess.
- Auf diese Weise wird der Weg zur Lösung durch das Coaching verkürzt, ohne dass Lösungen vorgegeben würden.
- Wegen der starken Bedeutung der individuellen Situationsverarbeitung wird auch ein erfolgreiches Coaching individuell gestaltet sein



Hintergrund

- Während die beruflichen oder persönlichen Anforderungen in der Regel von außen bestimmt werden, sei es durch Vorgesetzte, durch Kollegen oder durch objektive Gegebenheiten wie etwa Markterfordernisse, ist die persönliche Problemlösung immer individuell und kann subjektiv von der Wahrnehmung anderer abweichen.
- Gibt es Handlungs- bzw. Änderungsbedarf, so ist dieser in der Regel auch individuell
- Daher ist beim Coaching der individuelle Ansatz der zielführende
- Wichtig hierbei ist die Selbstreflexion des Coachee und die daraus resultierende Konstruktivität und Mitarbeit bei der Entwicklung von Lösungsstrategien



Mögliche Fragestellungen

- Optimieren von Führungsverhalten
- Managementfähigkeiten erweitern
- Konfliktlöse Strategien erwerben
- Motivationsblockaden entdecken und lösen, wenn möglich
- Ziele der beruflichen Entwicklung erarbeiten und mit den individuellen Gegebenheiten abgleichen / abstimmen
- Eventuell Neukalibrierung von Zielen



Angebotene Leistungen

Betrieblich oder privat

- Stressanalyse und –management
- Konfliktanalyse und –lösung
- Potenzialanalyse
- Kommunikationsanalyse und –training
- Führungsverhalten, Analyse und Abgleich mit externen (betrieblichen) Forderungen, Modifikation und Training
- Karriereplanung
- Coaching zu individuellen Fragestellungen



Techniken und Methoden

- Zur Anwendung kommen Techniken aus der kognitiven Psychologie, der Verhaltensforschung, der (Psycho-) Linguistik und der Kommunikationstheorie
- Die Gesprächsführung beruht unter anderem auf der Klienten zentrierten Methode nach Carl Rogers
- Beim Coaching werden, je nach dem gemeinsam festgestellten Bedarf, Fertigkeiten erworben und eingeübt bzw. Verhaltensweisen neu justiert und eingeübt. Die hierfür geeigneten Verfahren sind lerntheoretisch fundiert und ähneln Konzepten aus der Verhaltenstherapie, ohne deren klinische Implikationen und Bedeutung mit sich zu bringen



Ablauf des Coachings

- Befindlichkeit und Motivation klären (warum bin ich hier?)
- Erarbeiten eines klaren Zielbegriffs, Messbarkeit sicher stellen
- Ausarbeiten des IST-Zustands, bezogen auf das Ziel
- Klären des Änderungsbedarfs „Wo stehe ich, wohin will ich, was fehlt noch?“
- Planen des Wegs zum Ziel. Abschnitte definieren und das Erreichen von Etappenzielen feststellbar machen
- Etappenziele formulieren
- Schritt für Schritt die bereits erkannten sowie die sich ergebenden Aufgaben bearbeiten und lösen



Ende des Coachings

- Ein Coaching ist beendet, wenn die zu Beginn gesetzten Ziele erreicht zu sein scheinen oder wenn die/der Coachee es beenden möchte, weil sie/er sich sicher fühlt, im weiteren zeitlichen Verlauf allein zurecht zu kommen. Ein Coaching wird sinnlos, wenn die/der Coachee nicht mehr will
- Die Dauer eines Coaching variiert ebenso wie die Gründe und Ziele variieren. Es kann mit drei bis zehn Sitzungen auskommen, es kann auch länger werden. Jede Sitzung dauert 90-120 Minuten



Meine Voraussetzungen und Erfahrungen

- Physik- und Psychologiestudium, Schwerpunkt Arbeits-, Betriebs- und Organisations-Psychologie
- Mehrjährige Ausbildung in Klienten zentrierter Gesprächstherapie (GT) (mehrjährige Mitgliedschaft in der GWG), Grundausbildung in Verhaltenstherapie und NLP
- Kommunikationstheoretische Ausbildung nach Watzlawick und Friedemann Schulz von Thun
- Mehrjährige Berufserfahrung in Testpsychologie, Eignungsdiagnostik und Mitarbeiterbetreuung bei der Deutschen Lufthansa
- 25 Jahre Erfahrung als Personalberater und Headhunter und damit aus hunderten von Gesprächen mit Führungskräften und Führungsnachwuchs
- Intensive Kenntnis sowohl von betrieblichen Bedürfnissen und Anforderungen als auch derer des Einzelnen in diesen Organisation
- Langjährige Coaching Erfahrung durch die Begleitung meiner platzierten Kandidaten und interessierter Manager auf Kundenseite