

Extrablatt

Der Coaching-Prozess

Der Verlauf eines Coachings kann in verschiedene Phasen eingeteilt werden.

Rauen & Steinhübel gliedern den Coaching-Prozess in fünf Phasen:

Phase 1: Come together - Kennenlern- und Kontaktphase

Die erste Phase im Coaching-Prozess beginnt mit der Kontaktaufnahme. Der Klient und der Coach befinden sich in einer Vorklärungsphase, an deren Ende sich beide entscheiden müssen, ob ein Coaching sinnvoll und angemessen ist. Dieser Entscheidungsprozess ist für das Coaching wichtig und kann bereits als Teil des angestrebten Klärungsprozesses angesehen werden. Der Coach legt in dem Vorgespräch und den darin enthaltenen ersten Interventionen die Grundlage für die Beratungsbeziehung, auf deren Basis Coaching überhaupt erst stattfinden kann.

Phase 2: Orientation - Inhaltliche Orientierung

In der Orientierungsphase lernen sich Coach und Klient gegenseitig näher kennen, die Beziehungsklärung schreitet voran und die Beratungsbeziehung wird im Idealfall zunehmend tragfähiger. Ziel der Orientierungsphase ist es zudem, das weitere Vorgehen zu klären. Dazu werden erste Sichtungen der Anliegen des Klienten vorgenommen.

Phase 3: Analysis - Untersuchung des Klientenanliegens und des Klientenumfelds

Bei der genaueren Analyse des Klientenanliegens kann sehr häufig festgestellt werden, dass hinter dem Thema des Klienten weitere Anliegen zu klären sind. Die Analysephase ist außerordentlich wichtig, weil erst das präzise Herausarbeiten der eigentlichen Klientenanliegen eine effiziente aber vor allem effektive Veränderungsarbeit ermöglicht.

Ansonsten besteht die Gefahr, dass – sogar hocheffizient – am falschen Anliegen gearbeitet wird und der Gesamtprozess wenig effektiv ist.

Phase 4: Change – Veränderungsphase

Die Veränderungsphase wird oftmals als die „eigentliche“ Phase im Coaching angesehen, weil hier sichtbare Veränderungen stattfinden. Letztlich baut die Veränderungsphase aber auf den vorherigen Phasen auf. Die Veränderungen haben meist schon vorher begonnen, werden aber hier bewusst thematisiert und forciert. Daher ist die Veränderungsphase zwar bedeutsam, aber als einer von mehreren notwendigen Schritten in der Arbeit mit dem Klienten nicht wichtiger als die anderen Phasen des Coaching-Prozesses.

Phase 5: Harbour - Zielerreichung und Abschluss

Feiern!!!

Der Abschluss des Coachings ist notwendiger Teil des Gesamtprozesses und ist professionell zu gestalten, um den Klienten bei der langfristigen Umsetzung seiner gewünschten Entwicklung zu unterstützen. Coach und Klienten können hier überprüfen, inwieweit die Vorgehensweise und Interventionsplanung richtig und angemessen waren. Die Abschlussphase ist daher für den Klienten wie auch den Coach unverzichtbar und sollte - auch im Falle einer vorzeitigen Beendigung des Coachings - stets berücksichtigt werden, um den begonnenen Prozess angemessen zu beenden.