

Wie wähle ich den richtigen Coach für mich aus?

Brauche ich einen Coach?

Was will ich ?

- Einen fachlichen Austausch
- Mich persönlich weiter entwickeln
- Berufliche Fachprobleme lösen
- Strategien entwickeln für die eigene Karriere
- Als Führungskraft mein Team zu mehr Performance bringen

Brauche ich dazu einen Coach, oder kann es auch ein Kollege/Freund/Partner sein?

Woran erkenne ich den richtigen Coach für mich?

Mann oder Frau?

Klient/Coach	Mann	Frau
Mann	Der Klient glaubt sich besser verstanden zu fühlen und sucht eher Bestärkung/ Bestätigung	Der Klient ist an anderen Sichtweisen interessiert und sucht eher Anregungen durch die Andersartigkeit
Frau	Die Klientin ist an anderen Sichtweisen interessiert und sucht eher Anregungen durch die Andersartigkeit	Die Klientin fühlt sich besser verstanden und sucht eher Bestärkung/ Bestätigung

Persönlichkeit des Coachs

Checkliste	Idealantwort	Istantwort
Glaube ich, dass der Coach mich als Person akzeptiert?	Ja	
Kann mir der Coach in die Augen schauen?	Ja	
Hat der Coach etwas an sich, was mich auf die Palme bringt?	Nein	
Ist der Coach wirklich an mir und meiner Entwicklung interessiert?	Ja	
Verfolgt der Coach andere Interessen als meine Entwicklung?	Nein	
Verfügt der Coach über nachgewiesene Coachingenerfahrung und welche Erfolge kann er glaubhaft aufweisen	Ja	
Ist der Coach bereit, Referenzen zu nennen?	Ja	
Kann ich den Coach auf die Palme bringen (wirkt er dann angestrengt, ungeduldig, emotional)? Er bleibt ruhig und spricht das Thema an.	Nein	
Fragt der Coach vor dem Auftrag nach Ihren Erwartungen, Zielen und Nogos?	Ja	
Besteht der Coach darauf, dass Sie die Initiative bei Terminvorschlägen ergreifen?	Ja	
Sorgt der Coach für einen geschützten Raum für das Coaching?	Ja	
Kostet das Coaching mehr als 150 € pro Sitzung?	Ja	
Vereinbart der Coach einen Rahmen für Anzahl Sitzungen, Zeit und Dauer?	Ja	
Macht der Coach eine Erfolgskontrolle während des Coachings?	Ja	
Gibt der Coach Hausaufgaben und wertet sie mit Ihnen aus?	Ja	

Betrachten Sie Ist-Antworten, die sich von den Idealantworten unterscheiden, und entscheiden Sie, wie wichtig Ihnen dieser Punkt ist?