

UTE SIMON-ADORF

Coaching

– was passiert denn da?



Ein Buch für jedermann.

**Antworten auf 35 wichtige und
berechtigte Fragen.**

21. Wo findet ein Coaching am sinnvollsten statt?

Coaching kann überall stattfinden! Im Büro, im Wohnzimmer, beim Joggen, beim Spaziergehen, auf dem Sportplatz, ... Manchmal ist es sinnvoll, als Coach am Ort des Geschehens zu sein, beispielsweise bei Sportlern während der Wettkampfvorbereitung oder im Wettkampf selbst. Um Bewegungsabläufe einzustudieren und auch um das Umfeld des Coachees* kennen zu lernen. Ein anderes Mal ist es nützlich, wenn der Kunde zum Coach ins Büro kommt. Auf dem Weg dorthin hat er Zeit, sich auf das kommende Gespräch einzustimmen. Während der Sitzung ist er weg von seinem Umfeld und damit losgelöst vom oftmals eigentlichen „Problemfeld“. Er hat dadurch eher die Möglichkeit, Ansätze für neue Lösungen zu entdecken. Und anschließend, auf dem Weg nach Hause oder zum Büro, findet er noch einmal Zeit zum Reflektieren und zum Verarbeiten. Auch bei einem Spaziergang lässt sich gut ein Coachinggespräch führen. Alleine schon die Bewegung löst oft festgefahrene Gedanken. Vielleicht haben Sie selbst schon einmal gemerkt, dass Sie, unbeabsichtigt, nach einem Spaziergang neue Ideen oder auch Lösungen für problematische Situationen mit nach Hause gebracht haben. Daher gilt: Coaching sollte dort stattfinden, wo der Coachee* sich wohl fühlt und der Coach es als sinnvoll ansieht.