

# HRM-Dossier

Romi Staub

## Coaching

...und Veränderungen gehen  
viel einfacher



**Romi Staub**

Coach, Entwicklerin und Trainerin  
a better coaching romi staub  
Dammstrasse 11, 8442 Hettlingen  
Tel. und Fax: 052 316 16 11  
Email: [info@a-better-coaching.ch](mailto:info@a-better-coaching.ch)  
[www.a-better-coaching.ch](http://www.a-better-coaching.ch)  
Zweigniederlassung:  
Haus Altamira, 7050 Arosa  
Tel. und Fax: 081 377 20 83

Eigene Coachingpraxis nach dem systemisch-lösungsorientierten Ansatz, basierend auf den Elementen Kommunikationspsychologie, Konstruktivismus, Systemtheorie und Kybernetik. Einzel-, Gruppen- und Teamcoachings sowie lösungsfokussierte Moderationen und Trainings in Workshops.

Spezialgebiete sind Coaching by Walking und Open Space Technology. Zu den Kunden zählen neben Privatpersonen Führungskräfte aller Hierarchiestufen, Teams, Lehrlinge, Non-Profit-Organisationen, soziale Institutionen und Behörden. Mitglied in der International Coach Federation, im Netzwerk für lösungsorientiertes Arbeiten sowie im Verband für Personal- und Ausbildungsfachleute VPA.

# Inhaltsverzeichnis

<b>Einleitung</b> .....	<b>6</b>
<b>Was ist Coaching?</b> .....	<b>7</b>
Begriffsdefinition .....	7
Coaching-Grundlagen .....	7
Alter Wein in neuen Schläuchen? .....	8
Neue Denkweisen und Handlungsmuster .....	9
Der erste Coach .....	9
Zielgerichtetes Coaching .....	9
Unterschiede zur Therapie und was Coaching somit nicht ist .....	10
Verwandte Konzepte des Coachings .....	11
<b>Erfolgsrezept des Coachings</b> .....	<b>14</b>
<b>Wie funktioniert es?</b> .....	<b>15</b>
Systemisches Coaching .....	16
Das lösungsorientierte Kurzzeit-Beratungsmodell nach Steve de Shazer und Insoo Kim Berg .....	17
Beispiel: Lösungsfokussiertes Coaching-Gespräch .....	18
<b>Coaching und HRM, nutzbringende Einsatzmöglichkeiten</b> .....	<b>22</b>
<b>Der Coach – innere und äussere Anforderungen</b> .....	<b>24</b>
Doppelrolle Chef-Coach .....	25
Wo finde ich den «richtigen» Coach? .....	26
Woran erkenne ich den seriösen, kompetenten Coach? .....	26
<b>«Ideale» Klientinnen und Klienten</b> .....	<b>27</b>
<b>Beispiele aus dem Praxisalltag</b> .....	<b>28</b>
<b>Ein Blick in die Statistik</b> .....	<b>36</b>
<b>Nachwort</b> .....	<b>38</b>
<b>Literaturverzeichnis und Quellenangaben</b> .....	<b>39</b>

# Coaching

## ... und Veränderungen gehen viel einfacher

Heute ist Coaching in aller Munde, doch es ist Vorsicht geboten. Denn vielerorts wird etwas als Coaching angepriesen, das gar nicht so bezeichnet werden dürfte. Der Begriff Coaching kommt aus dem Sport. Sein Inhalt ist die Begleitung und Betreuung eines Menschen bis zum von ihm selbst gesteckten Ziel. Der Coach räumt dabei nicht allfällige Hindernisse zur Seite, sondern bietet im Dialog Hilfe zur Selbsthilfe. Ein Coach offeriert Anhaltspunkte, öffnet Türen zu neuen Lösungswegen oder hört oftmals einfach aufmerksam zu. Anschliessend lassen sich dann die richtigen Fragen stellen.

Wie und wann kann Coaching im eigenen Unternehmen genutzt werden? Wo sind die Grenzen und Schwierigkeiten? Wie kann ein Coaching-Gespräch aussehen?

Die Autorin Romi Staub klärt in diesem HRM-Dossier zuerst die Definition von Coaching und beschreibt dessen Einsatzmöglichkeiten im beruflichen Alltag. Damit bietet sie Hilfestellung für Unternehmen oder Personen, die nach Coaches suchen bzw. sich coachen lassen wollen. Mit den vielen Beispielen aus ihrem beruflichen Alltag illustriert sie, wie professionelles Coaching heute läuft.

*Das HRM-Dossier ist ein Konzentrat von Fachinformationen für Personal- und Ausbildungsfachleute. Jede Ausgabe behandelt ein ausgewähltes Thema ausführlich.*

*Das HRM-Dossier erscheint quartalsweise und ist bei SPEKTRAMedia beziehungsweise jobindex media ag im Abonnement mit dem HRM-Journal HR Today oder als (nachbestellbares) Einzelexemplar erhältlich inklusive den übrigen HRM-Dossiers.*

*SPEKTRAMedia, Albisriederstrasse 252, 8047 Zürich, [www.SPEKTRAMedia.ch](http://www.SPEKTRAMedia.ch)  
jobindex media ag, Carmenstrasse 28, 8032 Zürich, [www.jobindex.ch](http://www.jobindex.ch)*