

Find your Coach

Irmie Schüch-Schamburek holte sich Tipps bei den Experten Christine Bauer-Jelinek, Patricia Staniek und Roman Frimmel.

Gastbeitrag

••• Irmie Schüch-Schamburek

WIEN. Manchmal ist es schwierig, berufliche Herausforderungen allein zu bewältigen. Mit dem richtigen Business-Coaching können in kniffligen Situationen Klarheit geschaffen und Lösungsansätze erarbeitet werden. Doch wie findet man den passenden Coach?

Vorbereitung

Was möchte ich durch das Coaching erreichen? Bei diesen Überlegungen sollte miteinbezogen werden, ob Zuspruch benötigt wird oder eher ein Sparringpartner – der konkrete Vorstellungen prüft, hinterfragt und neue Impulse gibt. Ebenfalls vorab zu klären: Ist der Kern des Coaching-Bedarfs Wirtschaftacoaching oder eher Persönlichkeitscoaching? Natürlich schwingt die Persönlichkeit in jedem Business Coaching mit; manchmal wäre aber ein Persönlichkeitscoach, Lebensberater oder sogar ein Therapeut wesentlich sinnvoller.

Kontaktsuche

Wo finde ich den passenden Coach? Einen passenden Coach via Internet zu finden, ist schwierig. In diesem Bereich gibt es weder Normen noch strukturierte Berufsbezeichnungen, und daher ist die Szene schwer durchschaubar.

Am besten ist, sich bei Kollegen oder Bekannten über deren Coaching-Erfahrungen zu informieren. Dies bestätigt auch Roman Frimmel, der ebenso wie Christine Bauer-Jelinek und Patricia Staniek seine Klientel überwiegend aufgrund von Empfehlungen erhält. Der Erstkontakt geschieht zumeist telefonisch; bei diesem Gespräch können Anliegen, Preis und auch oft schon mögliche Methoden



© Panthermedianet/Markus Mainka

abgeklärt werden. Es ist auch ein guter erster Sympathie-Check. Der persönliche „Draht“ ist wichtig für ein gutes Ergebnis.

Genderwahl

Männlicher oder weiblicher Coach? Zumeist sind der Sympathie- und Vertrauensfaktor für die Wahl eines Coaches ausschlaggebend, ganz unabhängig vom Geschlecht. Darüber hinaus, so Christine Bauer-Jelinek, kann es sein, dass beispielsweise ein Mann zu einer spezifischen Situation ganz andere Sichtweisen einbringen kann – etwa, wenn der Arbeitsplatz männlich dominiert ist. Speziell wenn Frauen sich beim Coaching eine Bestätigung ihrer Ansichten erhoffen, neigen sie dazu, Frauen als Coaches zu wählen; dabei ist es oft zielführender, einen „unbequemen“ Coach zu nehmen, der die Ansichten seiner Klientin infrage stellt oder gänzlich andere Zugänge hat, ergänzt Staniek.

Methoden

Was sind die besten Coaching-Techniken? Viele Coaches, so Roman Frimmel, arbeiten mit diversen Kommunikationswerkzeugen und wählen diese

während der Beratung situativ aus. Empfehlenswert sei, weiß Christine Bauer-Jelinek, darauf zu achten, wie sich die Berufslaufbahn des Coaches gestaltet, welche Ausbildungen und Praxis er vorweisen kann. Erfahrung spielt eine große Rolle. Ein guter, erfahrener Coach kann speziell bei direkter Kommunikation viel schneller Ergebnisse erarbeiten als unerfahrene Kollegen. Manche Fragen können in ein bis drei Sitzungen geklärt werden, andere können einige Monate benötigen, um sie abzuschließen.

Good to know

Kosten und steuerliche Abschreibungsmöglichkeiten: Die Kosten pro Coaching-Einheit beginnen bei 50 €, können aber bis zu 350 € pro Stunde netto und mehr betragen. Durchschnittlich sollte mit etwa 70 € pro Sitzung für Privatpersonen und 150 € pro Stunde bei Unternehmen gerechnet werden.

Sofern man einen steuerlichen Freibetrag zur Verfügung hat, kann Coaching steuerlich abgesetzt werden. Geringverdiener können es als Werbe- oder Fortbildungskosten absetzen – vorausgesetzt, die Rechnung ist entsprechend formuliert, weiß Bauer-Jelinek. Klingt der Text zu therapeutisch oder ist zu unspezifisch formuliert, beispielsweise nur als Coaching und nicht als Fortbildung für Präsentationen, Coaching für Führungs-



© dodge and burn

Autorin

Irmie Schüch-Schamburek ist Inhaberin der Trendconsulting-Agentur Trendvision. Sie hat mehrere Bücher verfasst und arbeitet als freie Journalistin, u.a. für zahlreiche Mode- und Lifestylemagazine.

www.

trendvision.at

Christine Bauer-Jelinek

Wirtschaftscoach und Machtanalytikerin.

www.bauer-jelinek.at



© Florian Bauer