

## Die Zusammenarbeit gemeinsam gestalten

Die gemeinsam gestaltete Zusammenarbeit stellt den sicheren und vertrauensvollen Rahmen dar, innerhalb dessen das Coaching stattfindet. Klient und Coach gestalten diesen Rahmen gemeinsam so, dass er exakt auf die Bedürfnisse des Klienten zugeschnitten ist. Zudem ist der Rahmen dynamisch und somit fähig, seine Form im Lauf der Zeit zu verändern, um weiterhin den Bedürfnissen des Klienten gerecht und nicht obsolet zu werden. Der größte Teil der gemeinsamen Gestaltung der Coaching-Zusammenarbeit zwischen Klient und Coach findet in der ersten Kennenlernsitzung statt. Der Zweck einer solchen gemeinsam gestalteten Zusammenarbeit ist:

- Einen sicheren und ermutigenden Raum für die Klienten zu schaffen.
- Das Vertrauen der Klienten in den Coach aufzubauen.
- Dem Coach dabei zu helfen, herauszufinden, wie er mit dem Klienten arbeiten muss, um ihn mental zu stärken.

Obwohl jeder Coach mit der Zeit seinen eigenen, einzigartigen Stil entwickelt, geben wir Ihnen zu Beginn ein paar Orientierungshilfen. Das hier aufgeführte Gespräch kann von 10 Minuten bis zu einer Stunde dauern.

1. Bereiten Sie den Klienten darauf vor, dass das Coaching eine einzigartige Möglichkeit dafür bietet, eine Beziehung von Grund auf zu gestalten. Aber denken Sie immer daran, dass dieses Konzept für viele Ihrer Klienten neu ist. Helfen Sie Ihnen dadurch, dass Sie ihnen sagen, was sie erwartet.

“Ein einzigartiger Aspekt unserer Coaching-Beziehung ist, dass wir sie selbst gestalten. Sie formen mich als Ihren Coach, als Ihren Partner in der Zusammenarbeit und als Ihren Mentor. Als nächstes werden wir einige Zeit darauf verwenden, dass Sie mir zeigen, wie ich am besten mit Ihnen arbeiten kann. Möglicherweise haben Sie bereits ein paar Ideen, wie Sie sich meinen Umgang mit gewissen Bereichen wünschen. Vielleicht gibt es auch einige Bereiche, von denen Sie noch nicht wissen, wie wir damit umgehen sollen. Wir werden unsere Zeit heute dazu nutzen, ein

Fundament zu legen. Im Lauf unserer Zusammenarbeit werden wir dann unseren Umgang miteinander weiter gestalten. Wie hört sich das für Sie an?“

2. Beginnen Sie mit dem Gestaltungsprozess. Der Coach macht sich dabei Notizen und stellt dem Klienten nach Bedarf und zur Anregung Fragen. Einige Klienten haben bereits eine Vorstellung davon, was sie sich wünschen. Dort können Sie ansetzen.

Im Folgenden finden Sie einige Fragen zur Anregung:

- „Was sollte ein Coach für Sie verkörpern?“
  - „Welche fundamentale Auswirkung sollte das Coaching auf Ihr Leben haben?“
  - „Und außerdem?“
3. Gibt der Klient nur sehr allgemeine Antworten, so beginnen Sie damit, etwas spezifischere Fragen zu stellen.
    - „Wie möchten Sie damit aufhören, Dinge in Ihrem Leben aufzuschieben?“
    - „Wie kann ich Sie am besten mit etwas konfrontieren?“
    - „Was sagt Ihnen Ihr innerer Saboteur?“
    - „Wie hätten Sie gerne, dass ich reagiere, wenn Sie eine Vereinbarung nicht eingehalten haben?“
  4. In diesem Teil der Kennenlernsitzung darf der Coach auch darüber sprechen, was für ihn in der Beziehung wichtig ist. Es ist die Gelegenheit für den Coach, den Klienten darauf hinzuweisen, was er sich von ihm wünscht.

“Ich habe einen sehr direkten Coaching-Stil. Ich spreche die Dinge, die mir auffallen, direkt an. Wenn ich zum Beispiel bemerke, dass Sie sich selbst im Hinblick auf einen Ihrer wichtigsten Werte verraten, sage ich möglicherweise: ‚Einen Augenblick, Fred. Ich kaufe Ihnen das nicht ab. Ich weiß, dass Authentizität einer der Werte ist, der Ihnen am meisten bedeutet, aber das, was Sie gerade gesagt haben, passt einfach nicht zu Ihnen. Was ist hier eigentlich los?‘ Bekomme ich also Ihre Erlaubnis, direkt zu sein?“

Erinnern Sie den Klienten daran, dass der Prozess über die ganze Beziehung hinweg anhält und ermutigen Sie ihn dazu, die Zusammenarbeit im Lauf der Coaching-Beziehung umzugestalten.

„Wir haben hier einen tollen Ausgangspunkt für unsere Zusammenarbeit geschaffen. Ich möchte jedoch, dass Sie wissen, dass wir an diesem Punkt nicht damit aufhören. Ich lade Sie dazu ein, unsere Zusammenarbeit, über den Verlauf unserer Coaching-

Beziehung hinweg, immer weiter zu formen. In Zukunft werden Sie von Zeit zu Zeit bemerken, dass ich mich einschalte und Sie um Erlaubnis bitte, die Dinge zu verändern und zu optimieren. Werden Sie auch weiterhin darauf achten, wie wir zusammenarbeiten und mir darüber Rückmeldungen geben?“

Über weitere Aspekte der Kennenlernsitzung werden wir Sie im Fulfillment-Kurs informieren.