

Checkliste: Wie finde ich den passenden Coach? (w/m/d)

Vorab

Coach ist kein geschützter Beruf. Deshalb gibt es neben unglaublich guten Coaches auch viele Dampfplauderer. Ich hoffe die Checkliste hilft dir, den Unterschied zu erkennen und die richtige Entscheidung zu treffen.

- Was ist mein Ziel mit dem Coaching? Ist es ein berufliches oder ein privates Thema?
- Benötige ich ein Coaching oder eine Therapie? Unbedingt mit dem Coach klären!!
- Habe ich verschiedene Coaches verglichen?
- Welche Ausbildungen haben sie? Wie lange haben diese gedauert?
- Welche Herausforderungen hatten sie in ihrer eigenen Ausbildung?
- Ist der potenzielle Coach akkreditiert? (Beispielsweise im DBVC oder ICF)
- Wieviel Erfahrung bringt er oder sie mit?
- Wurde mir die Coachin empfohlen? Gibt es andere Referenzen, die ich kontaktieren kann?
- Bietet sie ein Kennlerngespräch an?

Vorgespräch

- Hört die Person aktiv zu?
- Geht er auf meine Wünsche und Fragen ein?
- Definiert er mit mir ein Ziel für das Coaching?
- Ist das Coachingkonzept schlüssig?
- Besteht es aus mehr als nur einer Methode?
- Bekomme ich ein schriftliches Angebot?
- Ist er sympathisch?
- Sind die Preise realistisch? (ca. 150-350 € pro Stunde)
- Welche Weiterbildung hat die Coachin als letztes besucht?
- Welchen Mehrwert bietet mir das Coaching?
- Macht sie keine Versprechungen?
- Wie läuft der Prozess zwischen den Sessions ab?
- Wie endet ein typischer Coaching-Prozess?
- Führt die Coachin das Coaching selbst durch oder delegiert sie es an Mitarbeitende?

Vorsicht!

Tätigt der Coach eine der folgenden Äußerungen, solltest du skeptisch werden:

Ängste schüren: "Wenn du kein Coaching bei mir buchst, sehe ich schwarz für deine Zukunft."

Unfehlbarkeit: "Ich lag mit meinen Prognosen bislang immer richtig!"

Schweigegebot: "Erzähle niemandem von dem, was wir hier besprechen."

Universalanspruch: "Du kannst mit jedem Problem zu mir kommen."

Paketverkäufer: "Du musst mindestens 10 Stunden buchen, sonst siehst du keinen Erfolg."

Druck ausüben: "Der Vertrag gilt nur jetzt und du musst ihn sofort unterschreiben!"

Erfolgsgarantien: "In zwei Monaten wirst du definitiv 10.000 Euro mehr Umsatz machen!"