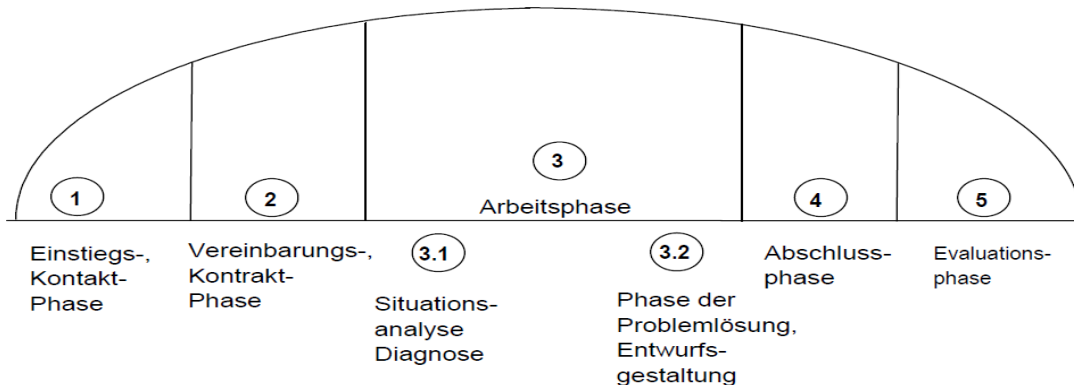




## Coaching als Prozess: die Ablaufphasen

### Die fünf Phasen des Coaching



Quelle: Vogelauer (in Vogelauer 2005, S. 29)

1. Die Coaching-Kundin/der Coaching-Kunde kontaktiert den Coach. Am Beginn steht das Erstgespräch zum Kennenlernen und zur Klärung der Kernpunkte. Das ist noch unverbindlich, jedoch hilft das Gespräch, die „Chemie“ zu erleben sowie Anwendungsmöglichkeiten des Coachings zu besprechen und ein gemeinsames Verständnis zur Vorgehensweise herzustellen.
2. Erst nach diesem Gespräch wird in der zweiten Phase eine Vereinbarung erstellt, in der die konkreten Ziele und die Ausgangssituation festgehalten, überprüft und von beiden Seiten bestätigt werden. Auch die Rahmenbedingungen werden dabei vereinbart. Damit beginnt das Coaching im engeren Sinn.
3. Die Situationsanalyse und die darauf folgende Diagnose der Kundin/des Kunden finden in der Hauptphase 3 statt. Zu jedem Ziel werden konkrete Alltagssituationen erhoben sowie Hintergründe, Ursachen und Herausforderungen. Erst dann wird an der Zielsetzung und den Möglichkeiten zur Erreichung gearbeitet.
4. Gegen Ende des Coaching-Prozesses kommen vermehrt Fragen der Umsetzung, der Reflexion und des Feedbacks in den Vordergrund. In dieser Abschlussphase können nochmals die verschiedenen Anwendungen und Themen überprüft, der Transfer und das Gelingen intensiviert und die Rückschau auf das Coaching transparent gemacht werden.
5. Als Abschluss erfolgt eine Evaluierung des Coachings.