

## FAQ: WIE FINDE ICH EINE\*N GEEIGNETE\*N COACH\*IN?

Während Personen, die über Organisationen gecoacht werden, in aller Regel seitens der Personalentwicklung gezielte Vorschläge für passende Coach\*innen aus einem bestehenden Coachingpool bekommen, versinken Privatpersonen oft in einer schier endlosen Suche nach einem geeigneten Coaching. Hier beantworte ich Ihnen ein paar klassische Fragen, um die Suche gezielter zu gestalten.

### Wo und wie finde ich Coach\*innen?

Eine wirklich sehr gute Option, um eine\*n geeignete\*n Coach\*in zu finden, ist, Empfehlungen zu erfragen. Vielleicht kennen Sie ja eine Person, die gerade ein Coaching macht oder eines absolviert hat? Fragen Sie sie nach ihrer Erfahrung. Alternativ geht der Weg über das Internet: Eine gute Anlaufstelle sind die großen Coachingverbände wie der DBVC, der DCV oder die ICF. Sie besitzen Datenbanken und listen Coach\*innen nach Städten und Zertifizierungen auf. Auch die bekannte „Coach-Datenbank“ von C. Rauen kann durchforstet werden. Seien Sie sich hierbei aber darüber im Klaren, dass diese Datenbank eine für Coach\*innen kostenpflichtige Vermarktungsplattform ist, die natürlich längst nicht jede\*r Coach\*in nutzt. Wenn Sie interessante Coach\*innen ausfindig gemacht haben, besuchen Sie deren Website und informieren Sie sich ausführlicher über ihr Angebot. So finden Sie heraus, ob der/die Coach\*in von Ihrem Anliegen her zu Ihnen passt.

### Woran erkenne ich, ob ein\*e Coach\*in professionell arbeitet?

Eine professionelle Arbeitsweise ist natürlich sehr wesentlich, damit Sie gut begleitet werden in Ihrem Prozess. Sie sollten abklären, ob der/die Coach\*in eine fundierte Coachingsausbildung abgeschlossen hat, am besten eine, die durch einen großen Berufsverband zertifiziert ist. Dies ist insbesondere wichtig, da Coaching kein geschützter Beruf ist. Außerdem sollte die Person eine solide Grundausbildung sowie Berufserfahrung mitbringen. Weitere, regelmäßige Weiterbildungen und die Inanspruchnahme von Supervision bzw. Intervision sollten gegeben sein. Zudem sind verschiedene Zertifizierungsstufen von Berufsverbänden ein Indiz für die Professionalität des/der Coach\*in. Ein professioneller Auftritt (Website etc.) sollte selbstverständlich sein. Und natürlich sollte die Person keiner Sekte angehören oder ihre Arbeit auf esoterischen Prinzipien aufbauen. – Es gibt noch zwei weitere Faktoren, die Indizien für professionelles Arbeiten sein können, aber nicht müssen: Erstens bringen Vollzeitselbständige in der Regel mehr Erfahrung mit als Teilzeitcoach\*innen. Zweitens ist das Vorhandensein eines eigenen Coachingraums i.d.R. ein Hinweis auf eine rege Coachingpraxis.

### Was hat es mit den Berufsverbänden auf sich?

Coaching ist kein geschützter Beruf. Berufsverbände sichern die Qualität in Ausbildung und Arbeit. Es ist gut, wenn der/die Coach\*in Mitglied bei einem der großen Berufsverbände ist – wie etwa beim DBVC, dem DVC oder der ICF. Noch besser ist es, wenn die Person eine Zertifizierung durch einen Berufsverbandes besitzt.

### Was sagen Zertifizierungen wie PCC oder Senior Coach aus?

Wenn Coach\*innen Zertifizierungen von Berufsverbänden besitzen, bedeutet das, dass ihre professionelle Eignung mehr oder minder umfangreich geprüft wurde. Je nach Grad der Zertifizierung und je nach Kriterien der einzelnen Berufsverbände, weisen Zertifizierungen einen bestimmten

Erfahrungsschatz als Coach\*in nach, sie belegen teilweise (wie bei der ICF), dass die eigene Coachingpraxis durch Profis überprüft wurde, sie garantieren das Vorhandensein professioneller Ausbildungen oder auch die regelmäßige Inanspruchnahme von Supervision, Mentorcoaching oder Weiterbildungen.

### **Wie wichtig ist der „Chemiecheck“?**

Sehr wichtig. Um gut mit einander zu arbeiten, ist eine gegenseitige grundlegende Sympathie und eine gute Vertrauensbasis wesentlich. In der Regel bekommen Sie bei einem kostenfreien Erstgespräch die Möglichkeit, herauszufinden, ob Ihnen die Person zusagt. Nehmen Sie sich, wenn Sie sich nach dem Gespräch nicht ganz sicher sind, Zeit, um zu überlegen, ob die Person zu Ihnen passt. Falls Sie dies auch nach Bedenkzeit nicht gut entscheiden können, gehen Sie einfach zu einer oder zwei weiteren Person/en ins Erstgespräch und vergleichen Sie.

### **Braucht mein\*e Coach\*in Branchenkenntnis/Erfahrung in meinem Berufsfeld?**

Nein. Es ist ein verbreiteter, auch verständlicher Wunsch seitens der Klient\*innen und ein immer wieder gehörter Rat (auch etwa von Stiftung Warentest), dass die coachende Person Branchenkenntnis benötigt. Das ist so aber nicht ganz richtig. Da Coaching nicht berät, sondern Leute darin unterstützt, Ihre Herausforderungen selbständig zu lösen, funktioniert dies auch ohne Branchenkenntnis. Der Vorteil der *Unkenntnis* kann sogar darin liegen, dass der/die Coach\*in noch unvoreingenommener zuhört und Ihre Themen nicht vorschnell in gewisse Schubladen steckt (was zwar natürlich so oder so nicht der Fall sein sollte). Freilich gibt es auch Vorteile der *Branchenkenntnis*. In der Regel fühlt sich der/die Coachee bei bestehender Branchenkenntnis schneller verstanden, es muss weniger vom Umfeld erläutert werden und ggf. ist der Wertekontext von dem/der Coach\*in und dem/der Coachee ähnlich. Wenn es für Sie persönlich wichtig ist, nehmen Sie das Thema als Kriterium mit in Ihre Suche auf, es ist jedoch nicht notwendig.

### **Worauf sollte ich beim Erstgespräch achten?**

In der Regel sollten Sie, falls Sie an einem längeren Coachingprozess und nicht an einer ein- oder zweimaligen Beratung interessiert sind, die Möglichkeit bekommen, ein unverbindliches und zumeist kostenfreies Erstgespräch zu führen. Für den Fall, dass das Erstgespräch etwas kostet, dürfen Sie bereits in der ersten Sitzung „echtes“ Coaching erwarten und nicht nur (natürlich auch) das sonst stattfindende gegenseitige Kennenlernen und Abklären der Modalitäten. In jedem Fall sollten Sie nach dem Gespräch wissen, was die Rahmenbedingungen des Coachings sind (Preise, Vorgehen, Vereinbarungen etc.) und alle Ihre Fragen geklärt haben können. Der/die Coach\*in sollte Ihnen am Ende des Gesprächs immer die Möglichkeit geben, zu überlegen, ob Sie das Coaching durchführen wollen.

### **Wovon sollte ich besser die Finger lassen, was ist als unseriös anzusehen?**

Sektenzugehörigkeit; Coaching anzubieten ohne Ausbildungshintergrund; esoterische Praktiken; das Versprechen, dass alles gelöst werden kann, egal, worum es geht; die Behauptung, ohne geeignete psychologische Ausbildung auch therapeutische Arbeit leisten zu können; Intransparenz im Vorgehen, beim Honorar oder ähnlichem: All das sind Indizien für eine unseriöse Praxis.

**Viel Erfolg bei Ihrer Suche wünscht  
Ihre Edda Wilde**