

## BUSINESS COACHING

Der Begriff Business Coaching\* hat sich inzwischen im beruflichen Kontext etabliert. Business Coaching meint prozessorientierte Beratungsformen, welche sich beruflichen Themen widmen. In Abgrenzung zu Consulting oder Trainings werden hier jedoch weder Fachwissen noch Fertigkeiten vermittelt. Im Mittelpunkt steht eine Person im Berufsleben, die durch Coaching-Methoden dabei unterstützt wird, selbst individuelle Lösungen und Pläne zu entwickeln und umzusetzen. Der Auftraggeber des Business Coaching kann sowohl eine Privatperson als auch ein Arbeitgeber sein.

Generell setzt ein Business Coaching immer dann an, wenn Arbeitnehmer:innen, Selbstständige, Berufseinsteiger:innen oder Unternehmer:innen sich als Person mit Problemen, Veränderungen oder Ausnahmesituationen konfrontiert sehen. Coaching ist auch sinnvoll, wenn eine berufliche Neu- oder Umorientierung ansteht oder um die nächsten Karriereschritte zu planen.

Inhaltlich sind die Möglichkeiten weit gefächert. Sie richten sich nach den Bedürfnissen des Coachees. So können die Work-Life-Balance, Analyse der eigenen Stärken und Potentiale sowie Konfliktmanagement und Kommunikation Themen des Coachings werden. Die Ziele und Lösungen werden dabei immer unter Anleitung des Coaches durch den Coachee erarbeitet - niemals vorgegeben. Janet Jeromin ist es sehr wichtig, dass die Menschen ins Handeln kommen. Im Idealfall fühlt sich ein Coachee nach Abschluss motiviert, kennt seine / ihre individuellen Ziele und hat eine Strategie entwickelt, diese schrittweise zu erreichen.

Sollten Sie aktuell oder zukünftig ein Business Coaching in Anspruch nehmen, stehen Ihnen verschiedenste Anbieter:innen zur Auswahl. Beim Business Coaching handelt es sich zwar nicht um eine psychologische Beratung, dennoch ist die passende Beziehungsebene zwischen Coach und Coachee Voraussetzung für den Erfolg. Unser Tipp: Sprechen Sie es daher offen an, wenn sie den Eindruck haben, dass die Chemie zwischen ihnen und ihrem Coach nicht passt. Eine vertrauensvolle Zusammenarbeit ist der erste und wichtige Schritt ihrer weiteren beruflichen Entwicklung.

\*Einige sprechen auch von Karriere- oder Beruf coaching.

Quellen:

[https://de.wikipedia.org/wiki/Business\\_Coaching](https://de.wikipedia.org/wiki/Business_Coaching)

<https://www.business-factory.com/magazin/warum-dich-ein-business-coaching-in-bestform-bringt/>