



BILD © George Doyle | Stockbyte | Thinkstock

COACHING – DIE GEHEIMWAFFE BEI VERÄNDERUNGEN

Ob junge Talente, erfahrene Spezialisten oder Führungskräfte – sie alle stehen vor zahlreichen beruflichen Herausforderungen. Diese lassen sich leichter bewältigen, wenn man seine Stärken und Schwächen analysiert, persönliche Ziele definiert und die notwendigen Schritte festgelegt hat. Zunehmend setzt sich dabei die Erkenntnis durch, dass entsprechendes Coaching eine geeignete Personalentwicklungsmaßnahme sein kann.

AUTORIN



MARTINA ARON-WEIDLICH
ist seit 1989 Geschäftsführerin der
Weidlich Consulting in Frankfurt.
Sie berät Führungskräfte deutscher
und internationaler Unternehmen.

KOMMT EIN COACHING FÜR MICH INFRAGE?

Inzwischen werden Personalentwicklungsmaßnahmen in Form eines Coachings nicht nur für Top-Manager, sondern auch für Führungskräfte des mittleren Managements und für Teamleiter angeboten. Coaching ist sinnvoll, wenn es in dieser Position um Herausforderungen und Schwierigkeiten mit der Rolle, Funktion und Aufgabe als Führungskraft geht. So könnte zum Beispiel die Herausforderung darin bestehen, den Schritt vom Mitarbeiter zum Vorgesetzten zu vollziehen, oder auch darin, dem Druck der Sandwich-Position des mittleren Managements besser begegnen zu können.

Wenn Sie wissen möchten, ob für Sie ein Coaching infrage kommt, beantworten Sie bitte nachstehende Fragen:

COACHING-CHECK

- : Die derzeitige Arbeitssituation belastet mich seit über drei Monaten sehr. Ja Nein
- : Meine Verhaltensweisen im Job sind nicht mehr typisch für mich. Ja Nein
- : Ich fühle mich fremdgesteuert und eher ausgeliefert. Ja Nein
- : Meine Ziele sind mir immer unklarer und verschwommener. Ja Nein
- : Wenn ich an meine Arbeit denke, beschleicht mich Unbehagen. Ja Nein
- : Meine Mitarbeiter sind mit meinem Führungsverhalten nicht sehr zufrieden. Ja Nein
- : Mein Vorgesetzter spricht mit mir kaum über die Qualität meiner Arbeit. Ja Nein
- : Die Wochenenden und Urlaube reichen nicht mehr aus, um mich zu regenerieren. Ja Nein
- : Ich nehme die Probleme aus dem Job mit in mein Privatleben. Ja Nein
- : Wenn ich eine Idee hätte, wie ich es anstellen könnte, würde ich meinen Job wechseln. Ja Nein
- : Eine attraktive Perspektive in meinem Job fehlt mir. Ja Nein
- : Ich brauche viel Energie, um mich selbst zu motivieren. Ja Nein
- : Leistungserbringung, die mir früher viel Spaß gemacht hat, fällt mir schwer. Ja Nein

Wenn Sie mehr als die Hälfte der Fragen mit „Ja“ beantwortet haben, sollten Sie an Ihrer beruflichen Situation arbeiten, um diese Dauerbelastung abzubauen.

