

# Was ist Coaching?

Home (<https://beratungbismediation.de>) - Coaching  
(<https://beratungbismediation.de/category/coaching/>) - Was ist Coaching?

## Inhalt

1. Was ist Coaching?
  - 1.1. Was ist Coaching?
  - 1.2. Definition Coaching
  - 1.3. Was macht man im Coaching?
  - 1.4. Welche Arten von Coaching gibt es?
  - 1.5. Was ist wichtig beim Coaching?
  - 1.6. Life Coaching - was ist das?
  - 1.7. Coaching für Frauen
  - 1.8. Coaching für Führungskräfte
  - 1.9. Mentoring vs. Coaching

## Was ist Coaching?

Wenn es darum geht, die eigene Situation zu verbessern, kann die Unterstützung und Begleitung einer Fachperson bzw. ein **Coaching** helfen.

In einer Zeit, wo niemand mehr Zeit hat, und der Druck ständig wächst, ist es nicht leicht sich als Individuum im Leben zu behaupten. Das Privatleben, eine Partnerschaft oder die Karriere können einen enorm hohen Leistungs-Druck aufbauen, gerade dann, wenn es einmal nicht nach Plan läuft im eigenen Leben.

Wie bei vielen Situationen im Leben ist es manchmal **nicht ganz so einfach**, sich alleine mit seinen Wünsche, Zielen und Problemen auseinander zu setzen.

## Definition Coaching

Der Begriff Coaching wird als Sammelbegriff für verschiedene Methoden in der Beratung verwendet.



Im Unterschied zur herkömmlichen Beratung werden vom Coach keine direkten Lösungsvorschläge geliefert.

Das Ziel ist es, die Entwicklung eigener Lösungen anzukurbeln und voran zu treiben, also die Hilfe zur Selbsthilfe.

Ein professioneller Coach begleitet und unterstützt Dich während diesem Prozess und ist sozusagen der Kapitän,

welcher die grobe Richtung vorgibt.

Die einzelnen Strassen, Wege und Abzweigungen musst Du aber selber finden und beschreiten.

## Was macht man im Coaching?



Im Beratungsprozess versucht der Coach, durch gezielte Fragen den Coachee (also den "Kunden") zur Selbsthilfe zu animieren.

Er gibt also keine direkten Verbesserungsvorschläge oder gar Vorschriften, sondern versucht das Gegenüber selber zu einer Lösung zu führen, welche dann auch erfolgreicher umgesetzt werden kann, als ein direkter Input.

## Welche Arten von Coaching gibt es?



Ein Coaching kann für die verschiedensten Lebenssituationen eingesetzt werden und soll als Reflektor dienen, um selber die eigene Situation zu verbessern. Also eine Beratung für Privatpersonen.

Daneben wird das Business Coaching und auch die Mediation vor allem im geschäftlichen Bereich eingesetzt bei Firmen, Unternehmen und Führungskräften.

## Was ist wichtig beim Coaching?

Die Psychologie ist ein wichtiger Einfluss-Faktor bei der Beratung und persönlichen Optimierung.

Eine Potenzialanalyse sowie eine Standortbestimmung sollten die Ausgangslage im Prozess bilden.

Die Persönlichkeitsentwicklung und eine allfällige Verhaltensänderung sind Teil des Prozesses.

## Life Coaching - was ist das?

Beim Life Coaching werden alle Aspekte des täglichen Lebens analysiert, besprochen und bei Bedarf

überdacht.

Veränderung ist die einzige Konstante im Leben, sagt der Volksmund.  **Zentrum**  
für Persönlichkeitsentwicklung

Durch gezieltes Coaching kann der Mensch mit diesen Veränderungen mithalten und daran wachsen.

## Coaching für Frauen

Manchmal braucht es das Fingerspitzengefühl eines weiblichen Gesprächspartners.

Simone von Lipinski hat jahrelange Erfahrung im Coaching, Mentoring und der Persönlichkeitsentwicklung, speziell mit Frauen.

Wir sind zu wesentlich mehr fähig, als wir ahnen, let's go!

## Coaching für Führungskräfte


Berufliche und persönliche Zukunftsplanung ist nicht immer einfach, auch nicht bei Kader- oder Führungspositionen. (<https://beratungbismediation.de/beratung-fuer-geschaeftskunden/>)

Eine professionelle Beratung und ein eng begleitetes Coaching, speziell auf die Bedürfnisse von Führungskräften zugeschnitten, können neue Wege und Möglichkeiten aufzeigen und bieten die Basis für die berufliche

Weiterentwicklung.

*"Grosse Probleme löst man am besten, solange sie noch klein sind."*

**Albert**

**Einstein, Physiker**  **teilen** ([https://twitter.com/intent/tweet?text=%22Grosse+Probleme+l%C3%B6st+man+am+besten%2C+solange+sie+noch+klein+sind.%22+%E2%80%94+Albert+Einstein+ist-coaching%2F%3Fpreview\\_id%3D1%26preview\\_nonce%3Dad74dc15e4%26preview%3Dtrue](https://twitter.com/intent/tweet?text=%22Grosse+Probleme+l%C3%B6st+man+am+besten%2C+solange+sie+noch+klein+sind.%22+%E2%80%94+Albert+Einstein+ist-coaching%2F%3Fpreview_id%3D1%26preview_nonce%3Dad74dc15e4%26preview%3Dtrue))

## Mentoring vs. Coaching

Ziemlich ähnlich aber doch komplett verschieden, so lässt sich der Vergleich zwischen Mentoring und Coaching wohl am einfachsten beschreiben.

Coaching (<https://beratungbismediation.de/beratung-coaching/>) ist eher passiv, bietet Hilfe zur Selbsthilfe.

Wobei beim Mentoring (<https://beratungbismediation.de/mediation/>) aktiv an der Weiterentwicklung gearbeitet und teilgenommen wird.



Dieser Artikel darf natürlich gerne geteilt werden.

Ich hoffe, Du hattest Spass beim Lesen und falls Du Fragen oder Anregungen hast, freue ich mich über Deine Kontaktaufnahme!

zur Kontakt-Seite (<https://beratungbismediation.de/kontakt/>)

[youtube.com/watch?v=33WwVHb8TKI](https://youtube.com/watch?v=33WwVHb8TKI)

00:00

00:00

Diese Seite kann direkt als PDF heruntergeladen werden:

Weitere nützliche Links:

- Wikipedia's Definition zu Coaching: <https://de.wikipedia.org/wiki/Coaching> (<https://de.wikipedia.org/wiki/Coaching>)
- Deutscher Bundesverband Coaching e.V.: <https://www.dbvc.de/home> (<https://www.dbvc.de/home>)



**Zentrum**  
für Persönlichkeitsentwicklung  
*Ihr Weg zu neuen Zielen*  
Beratung – Coaching – Mediation – Training

(<https://beratungbismediation.de/kontakt/>)

Das Zentrum für Persönlichkeitsentwicklung ist seit über 6 Jahren erfolgreich im Bereich der Beratung, Mediation und Coaching tätig. Fachliche Kompetenz sowie menschliches Einfühlungsvermögen zeichnen unseren Service aus.

Neben der Beratung von Unternehmen bieten wir auch eine massgeschneiderte Eheberatung und Paarberatung (<https://beratungbismediation.de/eheberatung-paarberatung/>) an.

Immer gefragter wird auch der Bereich der Jugendarbeit; wir bieten Training und Coaching für Schüler und Jugendliche (<https://beratungbismediation.de/training-fuer-schueler/>) in einer lockeren Atmosphäre an.

Herzliche Grüsse, *Simone von Lipinski*



(<https://beratungbismediation.de/eheberatung>)







Suche...







**Info**

## Beratung / Coaching

-  Beratung & Coaching(https://beratungbism...)
-  Coaching für Privatpersonen(https://beratungbism...)
-  Beratung für Geschäftskunden(https://beratungbism...)
-  Training für Schüler(https://beratungbism...)


## Informationen


-  Meditation(https://beratungbism...)
-  Blog(https://beratungbism...)
-  Über uns(https://beratungbism...)
-  Kontakt(https://beratungbism...)


## Zentrum für Persönlichkeitsentwicklung



In den Weinäckern 12  
69168 Wiesloch

 +49 6222-9 50 95 47(tel:041210779332)

 +49 178-5506 601(tel:041212779332)

 info@beratungbism...de(/mailto:info@beratu

tt  
p  
s:  
//  
w  
w.  
tt  
p:  
//i  
c  
s:  
b  
w  
el  
o  
a.  
:0  
@  
o  
m  
4  
b  
k.  
e/  
1  
er  
c  
+  
2  
at  
o  
4  
1  
u  
/ 6 7  
C 2 7  
g 2 9  
a 2 3  
a 9 3  
n 0 )  
g 9 )  
v 5  
o 4  
n 7)  
Li  
pi  
n  
s  
ki  
)