

Karrierecoaching: Wann und für wen es sich lohnt

Karrierecoaching – mit kaum einem Wort wird so lax und unpräzise umgegangen, wie mit diesem Begriff. Phasenweise gab es einen regelrechten Hype rund um das Karrierecoaching und es wurde als die Patentlösung für Führungskräfte und Manager gepriesen. Da diese Klientel recht zahlungskräftig ist, sprangen natürlich auch zahlreiche Pseudo-Coaches auf den Hype auf und richteten allerlei Schaden an. **Professionelles** Karrierecoaching hat mit esoterischen Methoden jedoch nichts zu tun. Es ist viel mehr eine hervorragende Möglichkeit, die eigene Karriere voranzubringen, sich über Ziele klar zu werden und richtet sich definitiv nicht nur an Führungskräfte und Manager.

Das Missverständnis, Karrierecoaching sei ausschließlich für Führungskräfte oder Manager gedacht, beruht oft auf einem Faktor: dem Preis. Ja, Karrierecoaching kostet Geld und zwar nicht zu knapp. Netto-Stundensätze beginnen meist in der 100-Euro-Region, nach oben gibt es logischerweise keine Grenze. Das mag sich nach viel anhören, doch ob ein Karrierecoaching wirklich teuer ist, liegt im Auge des Betrachters.

Bringt das Karrierecoaching den gewünschten Erfolg, können Veränderungen angestoßen und Potenziale erschlossen werden, lohnt sich die Investition definitiv. Denn genau darum handelt es sich beim Karrierecoaching: Eine Investition in die eigene Karriere und – etwas perspektivischer gedacht – in das eigene Leben. Solche Investitionen sind in der Regel langfristig angelegt.

Karrierecoaching ungleich Karriereberatung

Womit auch die entscheidenden Unterschiede zur oft angebotenen Karriereberatung genannt wären: Zielsetzung und Dauer. Sie haben konkrete Alternativen vor Augen, zwischen denen Sie sich entscheiden wollen? Sie brauchen lediglich eine Entscheidungshilfe für bereits festgelegte Richtungen? Sie kennen Ihre Ziele und wollen von diesen auch nicht allzu weit abrücken? Sie suchen Antworten auf eine präzise Fragestellung? Dann ist Karriereberatung für Sie die Leistung der Wahl.

Hier erhalten Sie konkrete Tipps und Hinweise, werden gezielt und mit Schwerpunkt auf die von Ihnen gewählten Optionen beraten und mit Informationen versorgt. Eine Karriereberatung ist oft nach wenigen Sitzungen beendet – Ausnahmen bestätigen die Regel.

Karrierecoaching ist völlig anders angelegt. Hier geht es darum, einen Veränderungsprozess zu begleiten, Sie bei der Suche – und Findung – von Zielen, Orientierung und Leidenschaften zu unterstützen. Ein Karrierecoach kann Sie durch Reflexion, gezielte Fragen und verschiedene Techniken darin unterstützen, Ihren eigenen Weg zu finden und Ihre persönliche Karriereplanung zu erstellen oder zu verfeinern.

Er wird Ihnen jedoch **keine** konkreten Vorschläge machen, keine Bewertung abgeben und Ihre Entscheidungen nicht beeinflussen. Sein Job ist es, Sie bei Ihrem Entscheidungsprozess zu begleiten und Ihnen die Tools und Kompetenzen zu vermitteln, die Sie für Ihre eigenen Entscheidungen brauchen.

Voraussetzungen für erfolgreiches Karrierecoaching

Sie ahnen es vermutlich schon: Für ein erfolgreiches Karrierecoaching müssen auch beim Coachee – also Ihnen – einige Voraussetzungen erfüllt sein. Die wichtigsten sind aus meiner Sicht:

- Echte Bereitschaft zur Veränderung.
- Offenheit und Flexibilität

- Lernbereitschaft
- Der Wille, an der eigenen Entwicklung zu arbeiten
- Durchhaltevermögen
- Echte Motivation und Antrieb
- Bereitschaft zur Selbstreflexion
- Unbedingte Ehrlichkeit, vor allem sich selbst gegenüber
- Engagement und Leistungsbereitschaft

Sie sehen, die Anforderungen an Coachees sind recht hoch. Diese Liste soll Sie keineswegs von einem Coaching abschrecken. Entscheidend ist jedoch, dass Sie sich im Vorfeld über den notwendigen Einsatz im Klaren sind.

Finden Sie Ihren Karrierecoach

Eine der wichtigsten Voraussetzungen fehlt auf der Liste jedoch: Ein Vertrauensverhältnis zwischen Coachee und Coach. Im Rahmen eines Karrierecoachings können auch ganz persönliche Ziele und Zukunftspläne zur Sprache kommen. Eine sinnvolle und produktive Zusammenarbeit ist daher nur möglich, wenn der Coachee Vertrauen zu seinem Coach hat und bereit ist, auch unangenehme Themen anzusprechen.

Daher sollten Sie sich bei der Auswahl des Coaches Zeit nehmen. Ob ein Karrierecoach für Sie geeignet ist oder nicht, ist letztlich auch eine Frage der Sympathie und Intuition und hat mit der fachlichen Qualifikation des Coaches nur bedingt zu tun. Grundsätzlich sollten Sie sich die Homepage des Coaches in Ruhe ansehen, Kontakt aufnehmen und ein erstes Gespräch vereinbaren. Ob dieses Erst- oder Vorgespräch mit Kosten verbunden ist, variiert von Coach zu Coach.

Wer sich beruflich verändern oder seine Karriereplanung verfeinern will, kann in einem Karrierecoaching die optimale Leistung finden. Die Voraussetzung hierfür ist jedoch, dass Sie selbst die Bereitschaft zur Veränderung und die Offenheit für neue Wege und Ansätze mitbringen.