

Heinisch-Hosek: Die Ministerin will mehr Frauen in Vollzeitjobs.

SEITE 19

Drei Seiten Technik-Extra: IT-Spezialisten akut gesucht.

SEITEN 37 BIS 39

Die Qual der ÖH-Wahl: Das sind die Spitzenkandidaten.

SEITE 44

## Ein Coach für alle Fälle?

Früher gab es den Coach nur im Sport, heute gibt es ihn überall. Eine kritische Betrachtung der Branche. Und wann Coaching wirklich wirkt.

SEITE 2



### WORK LIFE

## Stop. And go

VON SANDRA BAIERL



Ernährungs-Coach, Familien-Coach, Fitness-Coach, Partner- und Sexualitäts-Coach, Gesundheits-Coach, Erziehungs-Coach, Business-Coach, Finanz-Coach, Führungskräfte-Coach ... und wenn gar nichts mehr hilft, ein Life-Coach fürs Leben an sich – es gibt Coaches für wirklich alle Sorgen. Sie führen einen durch die Turbulenzen des Lebens – zu neuer Klarheit, zu Erfolg und Lebensfreude. Coaches befassen sich mit Sinnfragen und Beziehungsstress und Alltagsproblemen. Sie helfen beim Aufräumen, Schulden-

tilgen, bei der Neuorientierung im Job und in der Partnerschaft sowieso. Ihre Dienste sind oft banal und helfen vielleicht. In jedem Fall kosten sie Geld, ab hundert Euro die Stunde. Wer in den Achtziger- und Neunzigerjahren zum Therapeuten gegangen ist (ganz heimlich

sandra.baiertl@kurier.at

und verschwiegen), geht heute zum Coach seines Vertrauens. Man gönnt sich ja sonst nichts.

Warum?

Weil die Anforderungen an sich selbst und der Druck von außen gestiegen sind. Weil Optimierungsfanatiker nie zufrieden sind mit sich und ihrer Situation. Weil viele auf Hochtouren Laufende verlernt haben, stehen zu bleiben, sich umzuschauen und sich und das Problem zu reflektieren. Womit ein großer Schritt zu sich selbst (und damit weg vom Coach) schon getan wäre.

## SPRACHKURSE

### SPIDI Sommer Intensivkurse

starten jeden Montag im Juli und August

- Englisch Sommer Intensiv Grundkurs/Aufbaukurs/Perfektionskurs
- Summer Business/Office English Intensive
- Kleingruppen und Einzelunterricht auch in anderen Sprachen



Testen Sie Ihre Sprachkenntnisse auf [www.spidi.at](http://www.spidi.at)  
Tel. +43/1/236 17 17-0  
office@spidi.at

NEUE moderne Seminarräume im Zentrum Wiens!  
Franz-Josefs-Kai 27/DG, 1010 Wien

Öffentlich erreichbar mit U1, U4, Straßenbahn 1, 2, Autobus 2A, Station Schwedenplatz

Coaching

# Wirksame Pille mit Nebenwirkungen

**Gutes Coaching wirkt. Schlechtes Coaching sorgt für Bauchschmerzen und macht süchtig. Welche Risiken der Branchen-Boom birgt.**

VON NICOLE THURN

Der Test eines Karriere-Coachs im Internet. 30 Fragen. Antworten zum Anklicken. Zum Ergebnis: 30 bis 50 Punkte: „Ihre Karrierestrategie ist noch wenig erfolgversprechend. Ein Coach wäre wirklich anzuraten.“ 51 bis 70 Punkte: „Es fehlt Ihnen an methodischem Konzept. Der Coach brächte mehr Systematik.“ 71 bis 90 Punkte: „Ihr strategisches Vorgehen ist gut. Nur: Sie sollten versuchen, alle 90 Punkte zu erreichen.“ Wie das geht? Natürlich mit dem Coach.

**Optimierer** „Mit Coaching kann man seine Performance optimieren. Damit es Sinn macht, muss der Kunde bereit sein, eine Auszeit zu nehmen und Selbstreflexion zu betreiben“, sagt Michael Tomaschek, Obmann des österreichischen Dachverbands für Coaching (siehe Interview unten). 3500 bis 4000 Coaches bieten ihre Dienste in Österreich an, schätzt er. Gecoacht wird, was das Zeug hält, für alle Berufs- und Lebensphasen: Der Karriere-Coach bringt den Aufsteiger nach oben, der Business-Coach Führungskraft und Unternehmen nach vorne, der NLP-Coach lässt die Kommunikation fließen und der Life-Coach findet die innere Mitte des Krisengeplagten. Der Coach löse Kirche und Familie ab, meint Erik Lindner in seinem kürzlich erschienen Buch „Coaching-Wahn“. Im Business-Bereich kümmern sich immer mehr Personalentwickler um den richtigen Coach fürs Unternehmen. Manche Unternehmen seien gar „overcoached and underexecuted“ befindet Change Manager Hans

Rudolf Jost in „Coaching-Wahn“. Aber auch Einzelpersonen fragten Karrierecoaching verstärkt nach, meint Trainer und Berater Martin Gössler, Gesellschafter des Instituts Vielfarben: „Brüche im Karriereverlauf nehmen zu, Coaching bietet hier die gewünschte Orientierung.“ „In der Krise sind Coaching-Maßnahmen gestiegen, Trainingsleistungen stark zurückgegangen, weil die Kosten für Coaching überschaubarer sind“, sagt Tomaschek. Dass die Themen breit gestreut sind, zeigt auch eine Studie der Trigon Entwicklungsberatung aus dem Jahr 2010. 21 Prozent der befragten Coaching-Kunden nannten Karriere und Zielfindung als Schwerpunkt, je 14 Prozent Kommunikation, Beziehungsfragen und Selbstmanagement. Ihr Führungsverhalten verbessern wollten neun Prozent der Befragten.

**Status** Früher war es der noble Dienstwagen, heute gelte Coaching gerade in den höheren Etagen als Statussymbol, schreibt Lindner in seinem Buch. Also als etwas, das man sich leisten will: Während eine Stunde Business Coaching bereits um 100 Euro zu haben ist, zahlt man im Top-Executive-Bereich bis zu 1000 Euro – bemessen an der Geldbörse der Klientel.

Coaching ist nicht nur kostspielig. Es berge auch Risiken, sagt Martin Gössler. Wir haben die wichtigsten zusammengefasst: **– Kurpfuscherei** Die Grenzen zwischen Coaching, Beratung und

Training verschwimmen. Auch, weil viele Coaches Trainer oder Berater sind.

**– Optimierungsstress** Besser, schneller, effizienter: „Es gibt kein Problem, für das nicht schon ein Coaching-Tool publiziert wurde“, sagt Gössler. Statt Akzeptanz von Bestehendem werfen sich die Kunden in pausenlose Selbstverbesserung – was zu noch mehr Stress führt. „Ein guter Coach hilft dem Kunden, seine Schwächen zu akzeptieren.“

**– Personalisierung** Manche Unternehmen tendieren dazu, strukturelle Probleme an einzelnen Mitarbeitern festzumachen – die dann zum Coaching müssen. Das wahre Problem im System bleibt bestehen.

**– Delegieren** Ist die Führungskraft mit der Mitarbeiterführung überfordert, gibt sie gern Verantwortung ab – und schickt ihre Mitarbeiter zum Coach.

**– Probleme (er-)finden** „Coaches lösen nicht nur Probleme, sie machen auch welche“, ist Gössler überzeugt. Um ihr Dasein zu legitimieren, ist die Versuchung groß, Probleme beim Klienten zu konstruieren – die es gar nicht gibt. **– Abhängigkeit** Ohne den Coach geht's nimmer? Stimmt nicht. Ein guter Coach definiert ein Ziel. „Im Normalfall reichen fünf bis 15 Stunden“, sagt Tomaschek, „denn Coaching ist keine Psychotherapie.“



MARCO IDEI SANCHEZ-FOTOLIA / KÜHNER-MONTAGE-KÄRNER

## Der Markt: Wer als Coach arbeiten darf

**Gewerbe** Wer als Coach tätig sein will, benötigt den Gewerbeschein für Unternehmensberater oder für Lebens- und Sozialberater. Realistisch sind laut Schätzungen des Dachverbands 3500 bis 4000 Coaches österreichweit. In Österreich hat sich systemisches Coaching als Hauptströmung durchgesetzt.

**Ausbildung** Coaching-Lehrgänge kosten ab 5000 Euro aufwärts. Seriöse Ausbildungs-Institute sind u.a. die E.S.B.A. (Akademischer Coach: 13.800 Euro), die Jelinek Akademie (Business Coach: 11.222 Euro) jeweils in Wien, die Trigon Entwicklungsberatung in Graz, Wien und Klagenfurt (Coaching-Lehrgang: 5900 Euro), sowie das WFI NÖ (Businesscoaching: 4980 Euro).

## Der Coach: Wie man ihn findet

**Auswahl** Der österreichische Dachverband für Coaching ([www.coachingdachverband.at](http://www.coachingdachverband.at)) führt eine Liste mit Coaches, die eine seriöse Ausbildung und Berufserfahrung vorweisen. Gössler rät potenziellen Kunden, den Coach mit drei Fragen zu prüfen: „Welche Ausbildung haben Sie absolviert? Wie viele Stunden an Praxiserfahrung haben Sie? Wie viel Erfahrung haben Sie mit meinem Problem/meiner Branche?“ Im Normalfall benötigt ein guter Coach mit dem Klienten fünf bis 15 Stunden für die Erarbeitung der Lösung.

## ► Interview

### „Der Begriff Coaching wird inflationär verwendet“



Tomaschek: „Coaching lässt sich nicht verordnen“

**KURIER:** Wer braucht einen Coach?  
**Michael Tomaschek:** Jeder (lacht). Coaching macht Sinn für Führungskräfte und Multiplikatoren in Unternehmen, lässt sich aber nicht von oben verordnen.

Für Führungskräfte wird die Luft dünner, die Möglichkeit zur Reflexion fehlt. Der Verdrängungswettbewerb ist groß. Viele erleben auch eine Isolation, der familiäre Rückhalt fehlt.  
**Ist der Markt gesättigt?**  
 Nein, der Bedarf an individueller Unterstützung steigt. In wirklich großen Unternehmen ist Coaching Standard, in kleineren ist es immer noch tabu.

Das Berufsbild ist in der Gewerbeordnung der Unternehmensberater und Lebens- und Sozialberater geregelt. Was einen Graubereich bedeutet: Auch Finanz- und IT-Berater dürfen ohne Ausbildung Coaching anbieten.  
**Der Kunde kann sich bei den vielen Angeboten kaum orientieren.**  
 Der Begriff Coaching wird inflationär verwendet. Jeder Coach bastelt sich sein Angebot selbst. Das als Kunde zu beurteilen ist zunehmend schwierig.

**Wie erkennt man schwarze Schafe?**  
 Dafür gibt es den Dachverband. Wir führen eine Liste mit Coaches, die Qualitätsstandards erfüllen. Das heißt aber noch nicht, dass sie auch gut sind.  
**Nur zehn Prozent der deutschen Coaches arbeiten in Vollzeit, der Rest ist zusätzlich als Trainer, Berater tätig. Warum?**  
 Das ist in Österreich nicht anders. Da Coaching eine Kurzzeitberatung ist, werden Sie alleine davon schwer leben können. Ein Vollzeit-

Coach bräuchte 500 Kunden pro Jahr, das ist nicht machbar.  
**Wer besucht den Coaching-Lehrgang an der E.S.B.A.?**  
 Anfangs waren es Personaler, dann Trainer, Psychologen. Heute nutzen Abteilungsleiter die Ausbildung zur Basisqualifikation. Nur ein Drittel der Absolventen macht sich selbstständig.  
**Wie wird sich der Ausbildungsmarkt entwickeln?**  
 Die großen, seriösen Anbieter werden auf Dauer bleiben, der Rest wird verschwinden.