

*spot*coaching

# Häufig gestellte Fragen

**DAS KLÄRENDE GESPRÄCH.**

Der Sparringspartner in beruflichen Fragen

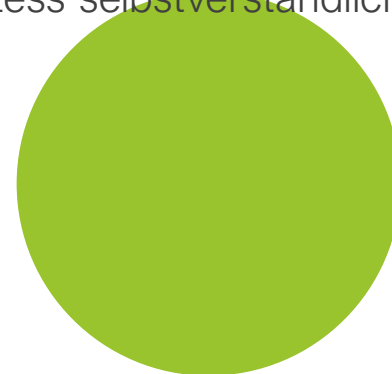
# Was bringt ein 60-minütiges Gespräch?

Vorteile	Nutzen
Anonym: Schnell alle Karten auf den Tisch ohne Peinlichkeit oder Gesichtsverlust	Aufwühlende Emotionen beruhigen sich und werden in sinnvolle Handlungen übersetzt
Ein zweites Hirn denkt mit – Zugriff auf zusätzliche Erfahrungen/Wissen	Der Tunnelblick verwandelt sich in Übersicht und ganzheitliche Betrachtung
Bedürfnisse/Gefühle klären und in Handlungen einbinden	Innere Spannung verwandelt sich in Freude und Kreativität
Entscheiden/handeln in schwierigen Situationen (Dilemma)	Schnell von der Unsicherheit in die Souveränität
Herausforderungen werden bewusst und aktiv gemeistert, der eigene Wirkungsgrad wird gesteigert	Stärkt Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten
Geschützter und sicherer Raum	Das Lernen am konkreten Fall ist nachhaltig und später jederzeit wieder verfügbar

Kundenfeedbacks bestätigen es (siehe Folie 6) :  
1 Stunde Aufwand mit grosser Wirkung.

# Wie kann Spot Coaching funktionieren, wenn man den Coach nicht kennt und weder Beziehung noch Vertrauen besteht?

- Grundsätzlich gilt, dass virtuelle Beziehungen eigene Gesetzmässigkeiten haben, welche bis heute noch nicht fundiert erforscht sind. Es ist jedoch klar, dass herkömmliche Beziehungskonzepte nicht direkt auf virtuelle Kontakte angewendet werden können.
- ***Wir machen folgende Erfahrung:*** Als anrufende Person steuern Sie das Gespräch. Damit kann das passieren, was wir den ‚strangers-on-the-train-Effekt‘ nennen: Sie bestimmen, *was* und *wann* Sie etwas preis geben wollen. Da überdies klar ist, dass es eine einmalige Begegnung ist, fällt es einfacher, über Schwieriges zu sprechen.
- ***Fazit:*** Relevantes wird schneller an- und ausgesprochen, die Gespräche kommen schnell auf den Punkt. Das hat einen sehr positiven Effekt auf die Gesprächsatmosphäre.
- Feedbacks von Kunden bestätigen, dass bei einem Spot Coaching erstaunlich schnell viel Nähe entsteht, was den Lösungsfindungsprozess selbstverständlich unterstützt.

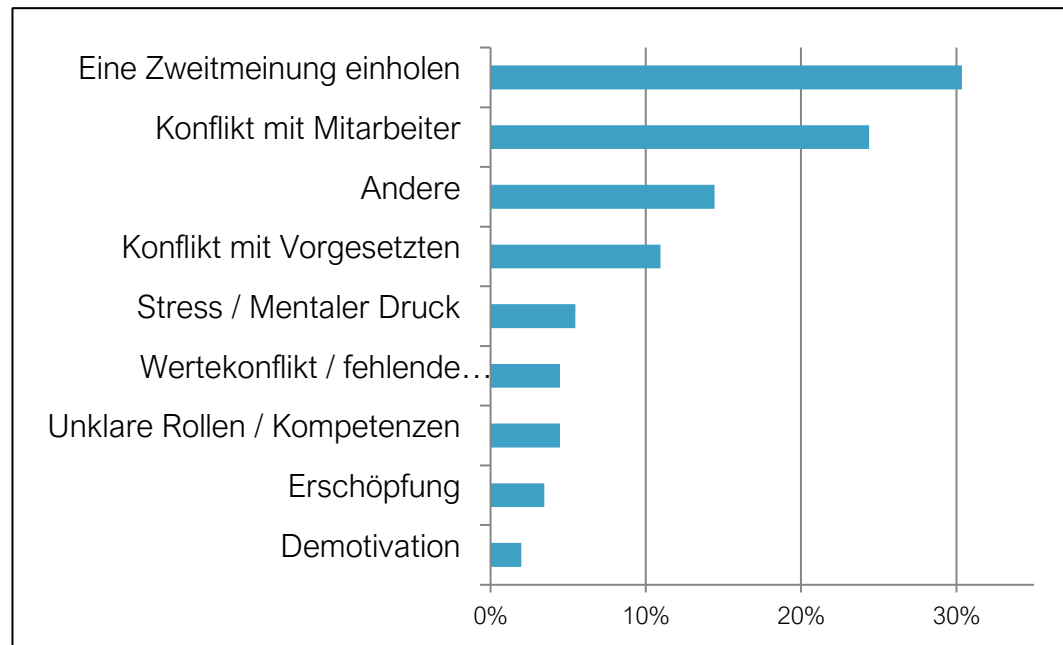


# Wann ist ein Spot Coaching sinnvoll?

- Spot Coaching ist für jene Fragen und Momente gedacht, in denen Sie nicht weiter kommen und blockiert sind, jedoch *emotional und/oder zeitlich unter Druck* stehen. Der Spot Coach unterstützt Sie dabei, dass Sie wieder auf Ihre Ressourcen zugreifen können.
- Spot Coaching eignet sich auch dann, wenn Sie sicher zu stellen wollen, dass ihr nächster Schritt passt. Sie können schnell und unkompliziert eine Zweitmeinung einholen und Ihre persönliche *Entscheidungs- und Handlungssicherheit erhöhen*.

Graphik 1

Jedes Gespräch wird vom Coaches kategorisiert. Die Graphik zeigt die Gesprächsthemen aller Gespräche seit 2014



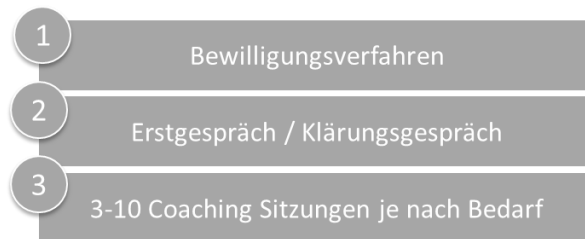
# Was ist der Unterschied zu einem klassischen Coaching?

- In einem klassischen Coaching arbeiten Sie über einen bestimmten Zeitraum hinweg gezielt an einer Veränderung, mit einer klar definierten Zielsetzung.
- Falls Sie nicht wissen, ob ein klassisches Coaching oder ein kurzfristiger Austausch das Richtige für Sie ist, dann ist dies eine sehr sinnvolle Spot Coaching-Frage. Wir verstehen es als unseren Auftrag, diese Triage bei jedem Gespräch vorzunehmen.

## Klassisches Coaching

*Ziel:* Begleitung von Mitarbeitenden in persönlichen Veränderungsprozessen:

- Benötigt Bewilligung
- Erfordert Planung
- Keine Anonymität
- Zeit- und kostenintensiv
- Limitiert auf wenige



## Spot Coaching

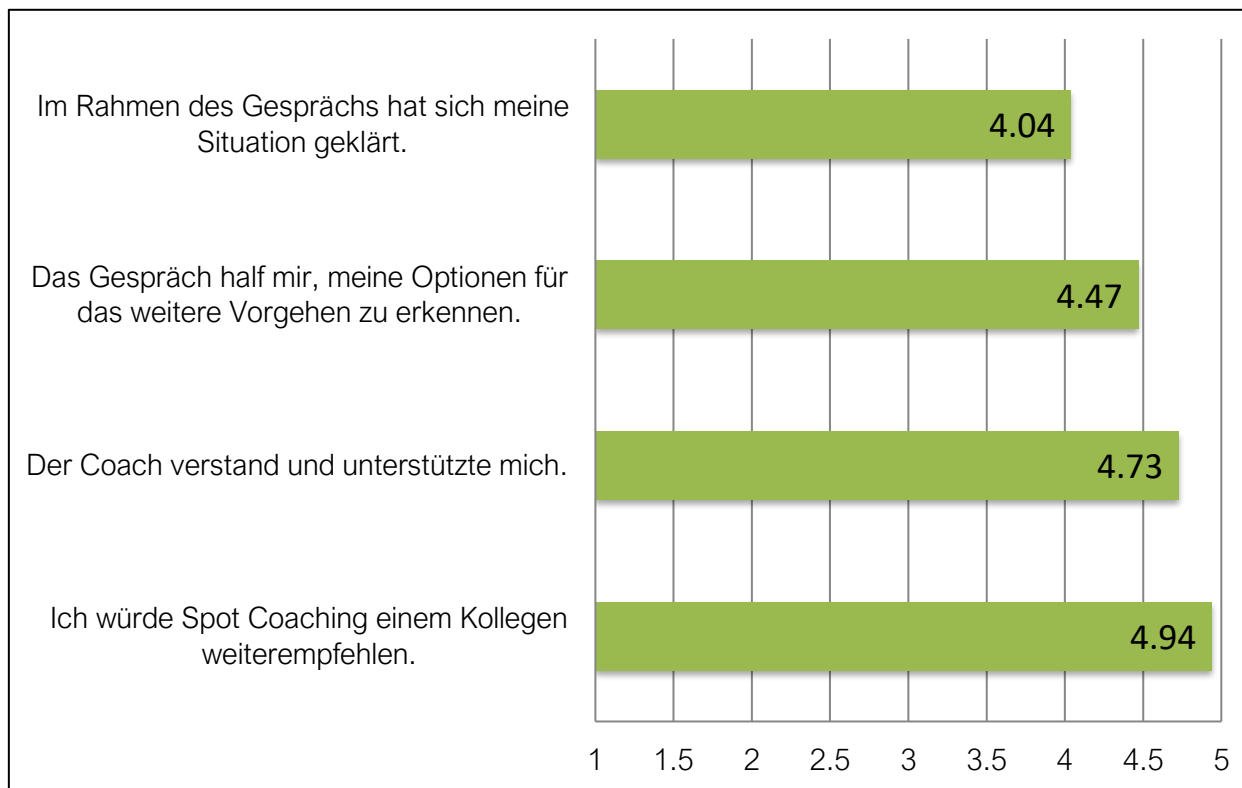
*Ziel:* Zeitnahe Klärung der Situation und möglichen Handlungsoptionen:

- Situativ und bedarfsorientiert
- Jederzeit, ohne Hürden, motivierend
- Themenspezifische Triagierung & Überführung in entspr. Angebote
- Kostengünstig
- Zugänglich für viele



# Wie stellen wir die Qualität sicher?

24 Stunden nach Abschluss eines Spot Gespräches erhält der Kunde die Möglichkeit, Qualität und persönliche Zufriedenheit zu bewerten: 75% der Kunden nehmen diese Gelegenheit wahr.



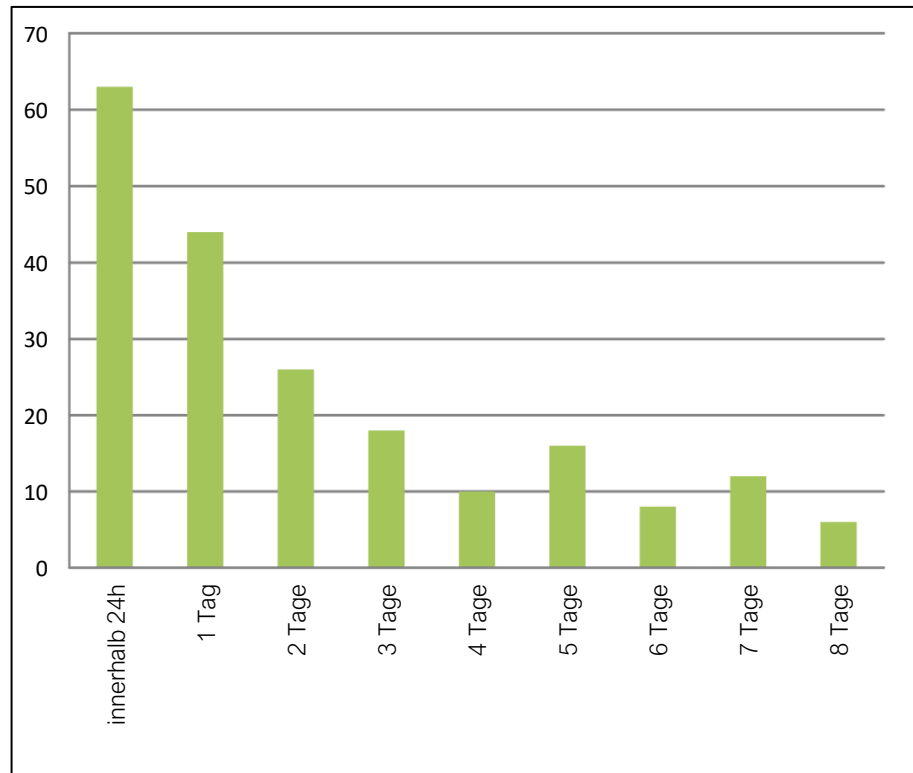
*Graphik 2*  
Seit 2014 kumulierte  
Kundenfeedbacks.  
Rücklaufquote 75%  
(Stand Juni 2021)

# Wie kurzfristig kann ein Termin gebucht werden?

- Grundsätzlich können Sie einen Termin innerhalb von 5 Stunden buchen.
- Finden Sie auf unserem Buchungsportal keinen für Sie passenden Termin, haben Sie die Möglichkeit, einen Wunschtermin anzufragen. Findet sich ein Coach, der diesen Termin wahrnehmen kann, ist ein Termin auch sehr viel kurzfristiger möglich.
- Wie die folgende Auswertung zeigt, finden mehr als 60% der Gespräche innerhalb von 24 Stunden statt.

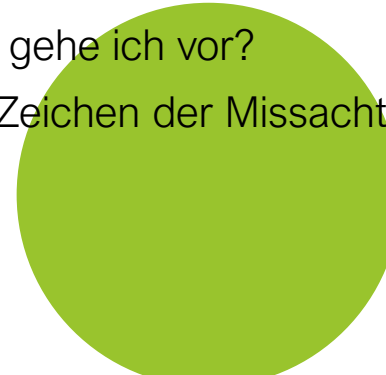
Graphik 3

Zeitspanne zwischen  
Buchung und  
Gesprächsbeginn  
(kumuliert seit 2014)



# Was sind Beispiele möglicher Fragestellungen?

- In meinem Team rumort es. Wo setze ich an?
- Die Beziehung zum Chef ist belastet. Was tun?
- Ich habe eine Lösung. Habe ich an alles gedacht?
- Ich bin genervt, erkenne aber keinen wirklichen Grund. Woran liegt es?
- Er verträgt keine Kritik. Wie spreche ich es an?
- Die Arbeitsmoral in meinem Team sinkt. Was tun?
- Sie nimmt sich zu viel heraus. Wie gehe ich vor?
- Ich will ein Zeichen setzen. Was eignet sich?
- Ich sitze in der Zwickmühle. Welche Optionen habe ich?
- Ich habe Angst vor einer Kündigung. Wie gehe ich damit um?
- Ich brauche eine berufliche Perspektive. Wie gehe ich vor?
- Mein Chef sendet mir kleinere und grössere Zeichen der Missachtung. Ich kann das nicht einordnen und macht mir Angst.



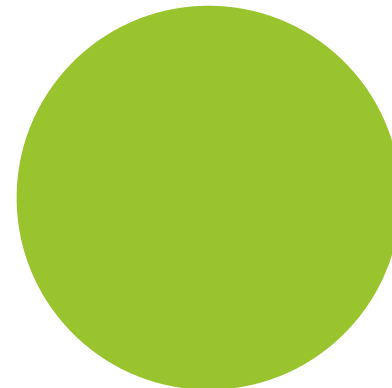


# Wer sind die Coaches?

- Wir erwarten von unseren Coaches, dass sie
  - im Minimum seit 5 Jahren als Coach selbstständig arbeiten,
  - einen Fachhochschul- oder Universitätsabschluss plus
  - entsprechende Weiterbildungen haben und
  - als Führungskräfte tätig waren.
- Alle unsere Coaches haben in einem mehrstufigen Auswahl-Prozess bewiesen, dass Sie mit den ungewöhnlichen Rahmenbedingungen umgehen und qualitativ hochstehende Coachings leiten können.
- Die Kundenfeedbacks helfen uns, die Qualität regelmässig zu überprüfen.

## Führt Spot Coaching auch klassische Coachings durch?

- Wir bieten Spot Coachings an, weil wir vom Nutzen eines kurzfristig verfügbaren, professionellen Sparringspartners überzeugt sind.
- Selbstverständlich sind wir auch weiterhin vom Nutzen des persönlichen Kontaktes im Rahmen eines klassischen Coachings überzeugt. Wir wollen die Formen jedoch nicht verwässern.
- Wir bieten deshalb explizit keine klassischen Coachings am Telefon an.
- Auf unserer Homepage finden Sie eine Liste von Coaches, die wir empfehlen können. Mit ihnen stehen wir jedoch in keinem geschäftlichen Verhältnis.



# AUSTAUSCHEN

UNTERSTÜTZT DIE LÖSUNGSFINDUNG  
&  
FÖRDERT IHR WOHLBEFINDEN