



Häufig gestellte Fragen

Was bringt ein 60-minütiges Gespräch?

1. **Übersicht und Klarheit:** Sie erzählen Ihre Situation einem Coach, den Sie nicht kennen und der deshalb kein Vorwissen über Sie oder Ihre Situation hat. Diese Tatsache zwingt Sie einerseits dazu, in möglichst wenigen Worten, die Situation und Ihre Fragestellung zu schildern. Andererseits entschleunigt es das Denken massiv. Damit werden sowohl für Sie wie für den Coach, Lücken in der Logik der Erzählung resp. gedankliche Konstrukte schnell erkennbar, die das Denken blockieren. Das sind beste Voraussetzungen dafür, dass Sie eine grössere Übersicht und Klarheit für die Situation entwickeln und Handlungsoptionen erkennen können.
2. Ist Ihnen das Glück hold, erlangen Sie gar eine **Einsicht**. Einsichten sind jene Momente, wo vorhandenes Wissen neu verknüpft wird und plötzlich alles klar ist. Körperlich ist die Einsicht mit einem Adrenalin-Schub verbunden. Damit wird die neue mentale Ordnung mit höherer Konzentration und zusätzlicher Handlungsenergie belohnt. Und das fühlt sich an, wie ein Schwall frischer Luft und klarem Licht in einem Zimmer, das sich vorher noch eng und stickig anfühlte.
3. Am Telefon konzentrieren Sie sich ausschliesslich auf das Gehör (Kanalreduktion), d.h. nichts lenkt Sie ab. Dies führt zu einer ausserordentlich hohen Effizienz der Gespräche und dazu, dass 60 Minuten plötzlich sehr viel länger erscheinen als im Alltag.



Coaching setzt doch Beziehung und Vertrauen voraus – wie also kann Spot Coaching funktionieren, wenn man den Coach nicht kennt?

Grundsätzlich gilt, dass virtuelle Beziehungen eigene Gesetzmässigkeiten haben, welche bis heute noch nicht fundiert erforscht sind. Es ist jedoch heute schon klar, dass unsere herkömmlichen Beziehungskonzepte nicht unmittelbar auf die virtuellen Kontakte angewendet werden können.

Wir machen die folgenden Erfahrungen: Als anrufende Person liegt es in Ihren Händen, was Sie von sich preisgeben und wie Sie sich einbringen wollen. Damit kann das passieren, was wir den ‚strangers-on-the-train-Effekt‘ nennen: Weil sie selber steuern können und es klar ist, dass die Begegnung eine einmalige ist, fällt es einfacher, über Schwieriges zu sprechen. Fazit: Relevantes wird schneller aus- und angesprochen, die Gespräche kommen damit schnell auf den Punkt und das hat einen 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 gedanklich nicht weiter kommen, jedoch zeitlich und/oder emotional unter Druck stehen. Der Spot Coach wird Sie dabei unterstützen, dass Sie wieder auf Ihre Ressourcen zurückgreifen können. Es eignet sich auch dann, wenn Sie das Bedürfnis haben, sich auszutauschen, um sicher zu stellen, dass ihr nächster Schritt passt. Damit können Sie schnell und unkompliziert die persönliche Entscheidungs- und Handlungssicherheit erhöhen.

Falls Sie sich mit einem Thema beschäftigen, bei dem Sie wissen, dass Sie über einen längeren Zeitraum daran arbeiten werden, eignet sich das klassische Coaching.

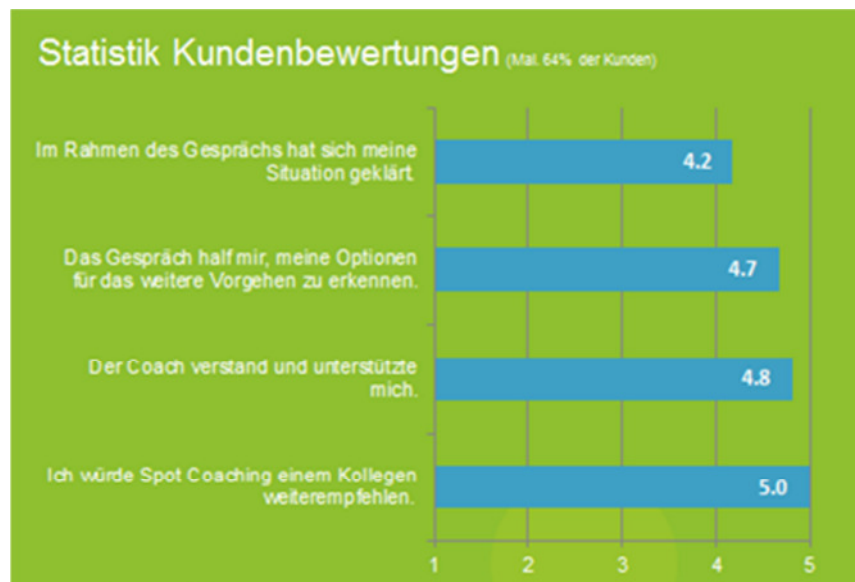
Falls Sie jedoch noch nicht wissen, ob ein klassisches Coaching oder ein kurzfristiger Austausch das Richtige für Sie ist, dann ist dies ebenfalls eine sehr sinnvolle Spot Coaching-Frage.

Übersicht der bisher
bearbeiteten Themen:



Wie stellen Sie die Qualität sicher?

Jeder Kunde erhält nach dem Telefonat 4 Fragen zur Qualität von Spot Coaching und zur persönlichen Zufriedenheit: Fast 70% der Kunden nehmen diese Gelegenheit wahr. Nachfolgend finden Sie die Zusammenfassung der Antworten (Stand Mai 2016):



Wer sind die Coaches?

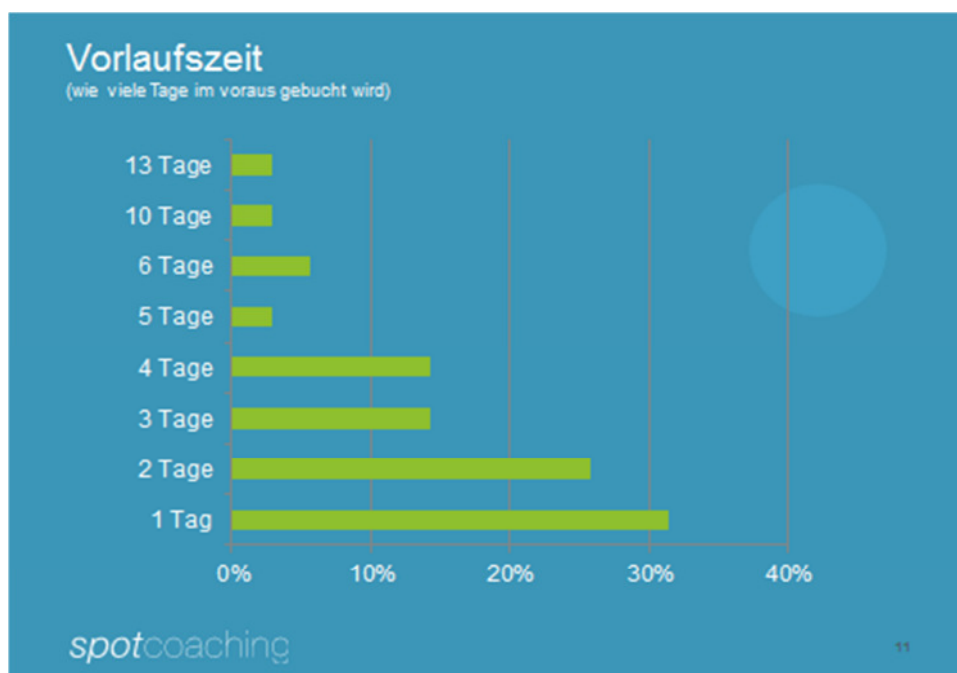
Wir erwarten von unseren Coaches (zurzeit sind wir zu 10-t), dass sie im Minimum seit 5 Jahren als Coach selbstständig sind, einen Fachhochschul- oder Universitätsabschluss plus entsprechende Weiterbildungen haben und als Führungskräfte tätig waren.

Zudem haben alle unsere Coaches in einem mehrstufigen Auswahl-Prozess bewiesen, dass Sie mit den ungewöhnlichen Rahmenbedingungen umgehen und qualitativ hochstehende Coachings leiten können.

Wie kurzfristig kann ein Termin gebucht werden?

Grundsätzlich können Sie einen Termin innerhalb von 5 Stunden buchen. Finden Sie auf unserem Buchungsportal jedoch keinen für Sie passenden Termin, haben Sie ausserdem die Möglichkeit, einen Wunschtermin anzugeben. Findet sich ein Coach, der diesen Termin wahrnehmen kann, ist ein Termin auch kurzfristiger möglich.

Wie die folgende Auswertung zeigt, buchen die meisten Kunden sehr kurzfristig, d.h. verlangen und erhalten einen Termin innerhalb von 24 Stunden:



Führt Spot Coaching AG auch klassische Coachings durch?

Wir bieten Spot Coaching, weil wir vom Nutzen eines kurzfristig verfügbaren, professionellen Sparringspartners überzeugt sind. Gleichzeitig sind wir auch weiterhin vom Nutzen des persönlichen Kontaktes im Rahmen eines klassischen Coachings überzeugt, wollen die Formen jedoch nicht verwässern. Deshalb bieten wir 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.