

Verbindung zwischen Coaching und psychosozialer Beratung

MEIN ANSATZ



BEREICH	COACHING	PSYCHOSOZIALE BERATUNG	VERBINDUNG & ERGÄNZUNG
Zielrichtung	Zukunfts- und lösungsorientiert	Klärend, stabilisierend, unterstützend in schwierigen Lebenslagen	Kombination von Zielarbeit mit Raum für persönliche Tiefenprozesse
Methoden	Systemisches Coaching, lösungsfokussierte Techniken	Personzentrierte Beratung, Lebens- und Sozialberatung	Beide nutzen klientenzentrierte, systemische und ressourcenorientierte Methoden
Themen	Berufliche Entwicklung, Entscheidungsfindung, Zielarbeit	Krisen, Lebensübergänge, Beziehungsdynamiken	Beratung wird zur Ressource, wenn im Coaching tieferliegende Themen auftauchen
Rolle der Berater:in/Coach	Prozessbegleitung mit Fokus auf Zielerreichung	Halt gebend, reflektierend, stabilisierend	Wechsel zwischen aktiver Zielführung und empathischer Begleitung – je nach Bedarf
Fokus auf Emotionen	Emotional unterstützend, aber primär zielgerichtet	Raum für emotionale Belastung und deren Verarbeitung	Im integrierten Setting kann auf emotionale Themen eingegangen werden, ohne zu überfordern
Selbstwirksamkeit	Förderung von Eigenverantwortung und Handlungskompetenz	Stärkung der psychischen Stabilität und Orientierung	Gemeinsam fördern sie Resilienz, Selbstvertrauen und persönliche Entwicklung
Grenzen	Keine Bearbeitung tiefer psychischer Störungen	Kein Ersatz für Psychotherapie, aber mehr Tiefe als Coaching	Kombination bietet Halt bei sensiblen Themen ohne therapeutische Überforderung