



austriancoachingcouncil

Abgrenzung von Coaching | Training | Beratung am Beispiel „Gesundheit“

Als Marketinglabel umfasst der Begriff Gesundheitscoach in sich noch kein schlüssiges Dienstleistungsangebot, da unter dem Begriff Coaching nach wie vor alle möglichen Verständnisse von Rollen, Methoden und Settings vermischt werden.

Die allgemeine Abgrenzung von Coaching zur Fachberatung liegt in der eindeutigen Vermittlung von Know-How seitens des Consultants, der/die als ExpertIn über Wissen und Erfahrung verfügt, welches dem/der KlientIn nicht zugänglich ist. Die Vermittlung dieses Wissens bzw. unter Umständen sogar die Umsetzung dieses in praktische Handlungen, die zum gewünschten Ergebnis führen, bedingt ein hierarchisches Verhältnis und die Abhängigkeit des/der KundIn von diesem/dieser ExpertIn. Der Begriff FachberaterIn ist hier wörtlich zuzunehmen da der/die KundIn einen Rat bekommt.

Gesundheitsberatung wäre somit eine Fachberatung mit klarer Feldkompetenz des/der ExpertIn in Themen der körperlichen, geistigen und seelischen Gesundheit und, je nach Schwerpunkt, Kompetenzen in den zu diesem Zustand beitragenden Komponenten, wie z.B. Ernährung, Fitness, Prävention, Pharma, Medizin, Psychologie, diverse Formen der Behandlung und Therapie, usw.

Die Rolle des/der TrainerIn begründet sich in der Fähigkeit, Fachwissen und Handlungsabläufe didaktisch und pädagogisch effizient vermitteln zu können, um dem/der Trainee zu ermöglichen, diese Kompetenzen selber zu erlangen und umzusetzen.

Die Schaffung des dazu nötigen Lernumfeldes und der strukturierten Anleitung und Motivation bedingt auch in diesem Dienstleistungssetting eine zum Teil autoritäre und hierarchische Positionierung. Weiters führt der entsprechend notwendige Zeitrahmen auch hier zu einer gewissen Abhängigkeit des/der KundIn.

GesundheitstrainerIn ist somit eine Vermittlerrolle für Gesundheitskompetenzen und von dazu sinnvollen Handlungsabläufen sowie dem Erlernen gewisser gesundheitsförderlicher Denk- und Verhaltensweisen.

Der/die Coach ist ein/e BegleiterIn zur individuellen Zielerreichung und unterstützt punktuell und situativ, ohne Expertise in fachlichen und inhaltlichen Belangen, den/die KundIn bei der Reflexion, Klärung und Erarbeitung von Zielen, Entscheidungen, Innovationen, Strategien und Handlungsabläufen. Durch die Fokussierung auf vorhandene Ressourcen und Kompetenzen, Potentiale und Optionen des/der KundIn ermöglicht der Coach eine Begegnung auf einer Ebene, bei der sich beide mit seiner/ihrer Expertise gleichwertig einbringen und der/die Coach ohne hierarchische oder autoritäre Positionierung agiert. Die Lösung(-skompetenz) liegt ausschließlich bei dem/der KundIn.

Gesundheitscoach ist somit die Rolle, die KundInnen ermöglicht, zu reflektieren und zu erarbeiten, was es braucht, um gesund zu sein, zu werden oder zu bleiben. Dabei entwickelt der/die KundIn basierend auf seinen/ihren eigenen vorhandenen Fähigkeiten und Rahmenbedingungen Strategien, die kurzfristig bis langfristig die eigene Live-Balance stabilisieren oder verbessern. Der/die Gesundheitscoach begleitet KundInnen vorwiegend auf einer strategischen, handlungsorientierten Ebene zu Fragen der individuellen Gesundheit.
