

In der **Alltagssprache** werden die **Begriffe Workshop** und **Training** häufig **gleichbedeutend verwendet** – und ab und an wird auch der Begriff **Coaching** dazwischen gemischt. Damit es nicht direkt zu Beginn einer Auftragsklärung zu Missverständnissen kommt, ist es von **Vorteil**, alle **Begriffe sauber** voneinander **zu trennen** und sich **auf ein gemeinsames Verständnis** zu **einigen**, welches Format genau hinter dem jeweiligen Begriff steht.

	Workshop	Training	Coaching
Format	<ul style="list-style-type: none"> ☉ Veranstaltung, in der durch die Gruppe neue Konzepte, Ideen oder Lösungsvorschläge zu einem Thema / Problem erarbeitet werden 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ Veranstaltung, in der in einer Gruppe durch eigenes körperliches Tun und Einübung gelernt wird, mit dem Ziel eine bestimmte Qualifikation zu erwerben (Terminus ursprünglich aus dem Sportfeld) 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ Sich wiederholende, vertrauliche Veranstaltung mit Einzelpersonen (= Coachee) mit dem Ziel, eine Veränderungssituation leichter zu durchlaufen ☉ Auch ein Coaching von Gruppen ist möglich
Leitung	<ul style="list-style-type: none"> ☉ Leitung durch eine neutrale ModeratorIn, die die Redebeiträge strukturiert und die Ergebnisse schriftlich festhält (visualisiert) – sie greift nicht inhaltlich ein 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ Leitung durch eine TrainerIn, die inhaltlichen Input gibt und die Gruppe als Sparrings-Partner und Feedbackgeber unterstützt 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ Begleitung durch einen Coach, der durch Fragen und Methoden den Coachee dabei unterstützt, seine Lösungen für das aktuelle Problem zu finden
Aktivität	<ul style="list-style-type: none"> ☉ Hohe Aktivität der Gruppe – das inhaltliche Ergebnis hängt von ihr zu 100% ab 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ Die Aktivität der Gruppe wechselt zwischen aktiven und passiven Phasen, in denen der Lernstoff aufgenommen wird ☉ Fokus auf praktischen Übungen und Wiederholungen sowie den Transfer in das eigene Arbeitsfeld 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ Hohe Aktivität des Coachees – in ihm oder ihr liegen alle Lösungen für das aktuelle Thema
Ergebnis	<ul style="list-style-type: none"> ☉ Die Struktur des Workshops ist ergebnisoffen – vorgegeben ist ein Thema oder eine Problemstellung, welche die TeilnehmerInnen des Workshops bearbeiten 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ Das Ziel des Trainings ist auf bestimmte Belastungen oder Schwierigkeiten (z.B. Konfliktsituationen) besser zu reagieren und die eigenen Handlungsmöglichkeiten zu erweitern 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ Das Ziel des Coachings ist, dass der Coachee die Veränderungssituation leichter durchlaufen und neue Erkenntnisse und Handlungsoptionen für sein Thema gewinnen kann

	Workshop	Training	Coaching
Struktur	<ul style="list-style-type: none"> ☉ Workshops werden häufig nach folgendem Schema strukturiert: <ul style="list-style-type: none"> ○ Vorbereitungsphase (Definition des Workshop-Ziels und der Teilnehmergruppe) ○ Einstieg und Orientierung (Was ist das Thema? Was sind die Rahmenbedingungen?) ○ Themensammlung (Welche Ideen zum Thema gibt es?) ○ Themenauswahl (Mit welchen Ideen wollen wir uns weiter befassen?) ○ Themenbearbeitung (Wie sehen konkrete Umsetzungsmöglichkeiten / Lösungsvorschläge aus?) ○ Maßnahmenplanung (Wer macht was bis wann?) ○ Abschluss 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ Trainings sind vielfältig strukturierbar, möglich ist folgende Struktur: <ul style="list-style-type: none"> ○ Ankommen der Teilnehmer (Kennenlernen, Erwartungsabfrage) ○ Motivation für das Thema wecken ○ Themenpräsentation durch die TrainerIn / Themenerarbeitung durch die Gruppe ○ Übungen zum Thema ○ Praktische Anwendung auf den eigenen Arbeitsbereich (Transfer) ○ Integration des Gelernten (Was nehme ich aus dem Training mit?) 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ Ein Coaching läuft in der Regel nach folgendem Schema ab: <ul style="list-style-type: none"> ○ Kontaktaufnahme ○ Auftragsklärung: Worum geht es? Und worum geht es wirklich? (Exploration des Themas) ○ Zielformulierung und Klärung von Rahmenbedingungen ○ Arbeitsphase: Erkundung des Themas, Bearbeitung und Vorbereitung auf die Rückkehr in das alltägliche System (erfolgt beispielsweise anhand des 5-Grenzen-Prozessmodells) ○ Abschluss: Rückblick auf das Ziel

Quellen:

Kathrin Behme: *Der Körper im Kommunikationstraining. Eine qualitative Inhaltsanalyse ausgewählter Literatur* (AV Akademikerverlag), 2013

Unterlagen von Peggy Kammer und Rainer Molzahn zur Auftragsklärung im Coaching (<https://www.transformatives-coaching.org/>)