

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort von Christopher Rauen</b> .....	11
<b>Einführendes Vorwort des Autors</b> .....	13
<b>1 Selbstreflexion als Potenzial</b> .....	19
1.1 Selbstbild und Selbstkonzept.....	21
1.1.1 Öffentliches und privates Selbstkonzept .....	23
1.1.2 Definition des Selbstkonzeptbegriffs.....	24
1.1.3 Selbstkonzept und Kultur .....	25
1.1.4 Gruppenselbstkonzept.....	31
1.1.5 Klärung irreführender Fachbegriffe.....	33
1.2 Selbstaufmerksamkeit und Selbstreflexion .....	34
1.2.1 Intuitive Selbstaufmerksamkeit .....	34
1.2.2 Ergebnisorientierte Selbstreflexion .....	35
1.3 Stufen der Selbstreflexion beim Lernen .....	43
1.3.1 Single Loop Lernen .....	45
1.3.2 Double Loop Lernen.....	45
1.3.3 Deutero Lernen .....	47
1.3.4 Weitere Stufen und lernende Organisationen.....	47
1.4 Zusammenfassung, Grundannahmen und Folgerungen .....	48

---

<b>2 Was ist Coaching?</b> .....	52
2.1 Anlässe für Coaching .....	52
2.2 Coachingbegriff.....	53
2.3 Erfolgskriterien .....	59
2.4 Abgrenzungen zur Psychotherapie.....	63
2.5 Ähnlichkeiten mit Supervision und anderen verwandten Konzepten.....	64
2.5.1 Supervision.....	64
2.5.2 Mentoring .....	65
2.5.3 Beratung durch Freunde und Kollegen .....	65
2.5.4 Selbst- und Life-Coaching .....	66
2.5.5 Teamentwicklung .....	68
2.5.6 Projektcoaching .....	68
2.5.7 Coaching als wissenschaftlich fundierter Qualitätsbegriff .....	68
2.6 Zusammenfassung, Grundannahmen und Folgerungen .....	68
<b>3 Ergebnisorientiertes Einzelcoaching</b> .....	73
3.1 Theorie der Selbstaufmerksamkeit.....	76
3.1.1 Experimentelle Untersuchungen .....	76
3.1.2 Prozessmodell.....	76
3.1.3 Bedeutung der Kultur .....	82
3.1.4 Annahmen und Folgerungen .....	83
3.2 Aktivieren von Selbstreflexionen und Kalibrieren der Affekte .....	85
3.2.1 Auslöser von Selbstreflexionsprozessen .....	86

---

3.2.2 Affekte und Selbstreflexionen .....	89
3.2.3 Kalibrieren der Affekte und Selbstberuhigung.....	90
3.2.4 Ordnung und Verbalisierung der Gedanken .....	95
3.2.5 Wie Scharlatane Affekte manipulieren.....	96
3.2.6 Zusammenfassung, Annahmen und Folgerungen.....	98
3.3 Methoden zum ergebnisorientierten Coaching.....	100
3.3.1 Förderung der Reflexion und Ressourcenaktivierung .....	101
3.3.2 Ziele klären, Problemlösungen entwickeln und umsetzen .....	122
3.3.3 Systematisierung der methodischen Erfolgsfaktoren im Coachingprozess.....	146
3.3.4 Zusammenfassung, Annahmen und Folgerungen.....	153
3.4 Coach und Coaching-Kompetenzen .....	156
3.4.1 Professionelle Qualitätsanforderungen.....	156
3.4.2 Coaching-Kompetenzen .....	158
3.4.3 Coaching-Kompetenzen für Lehrer/innen und Führungskräfte.....	165
3.4.4 Worin unterscheiden sich Alltagsratgeber von einem Coach?.....	166
3.4.5 Zusammenfassung, Annahmen und Folgerungen.....	169
3.5 Motivation, Eigenschaften und Fähigkeiten der Klienten.....	172
3.5.1 Freiwilligkeit und Willensfreiheit.....	173
3.5.2 Erwartungen und Motive beim Coaching.....	186
3.5.3 Handlungsabsichten des Klienten.....	190
3.5.4 Umsetzung von Handlungsabsichten.....	192
3.5.5 Persönlichkeitseigenschaften, Fähigkeiten und Kompetenzen.....	195
3.5.6 Selbstkompetenz .....	202

---

3.5.7 Bewusste Selbstveränderung und -entwicklung.....	204
3.5.8 Zusammenfassung, Annahmen und Folgerungen .....	208
3.6 Stand der Evaluationsforschung.....	212
3.6.1 Ergebnisevaluation zum Erfolg von Coaching .....	213
3.6.2 Voraussetzungen, Wirk- und Erfolgsfaktoren.....	263
3.6.3 Zusammenfassendes Strukturmodell .....	273
<b>4 Mehrebenencoaching als Zukunftsperspektive .....</b>	<b>287</b>
4.1 Mehrebenenarbeit und Mehrebenencoaching .....	288
4.1.1 Mehrebenensystemtheorie.....	288
4.1.2 Mehrebenenanalysen und Mehrebenenarbeit.....	297
4.1.3 Mehrebenencoaching .....	300
4.1.4 Strategie-Coaching als Organisationscoaching .....	305
4.1.5 Zusammenfassung der Grundannahmen und Folgerungen.....	306
4.2 Theorien zum Gruppencoaching .....	308
4.2.1 Leistungen und Effektivität von Arbeitsgruppen.....	308
4.2.2 Hackmans Theorie der Prozessberatung .....	311
4.2.3 Die Theorie der Teamreflexivität von West.....	326
4.3 Zukunftsaufgaben und -perspektiven.....	353
4.3.1 Berücksichtigung aller Systemebenen .....	354
4.3.2 Coaching als anspruchsvoller Qualitätsbegriff .....	354
4.3.3 Brücken zwischen Wissenschaft und Praxis schlagen .....	355

**Literatur** ..... 359

**Autorenverzeichnis** ..... 373

**Verzeichnis der Definitionen und Annahmen** ..... 379

**Stichwortverzeichnis** ..... 381