

# Coaching

2., aktualisierte Auflage

von

Christopher Rauen

! , ' ... C ... M ...  
... ..

1

HOCHSCHULE  
• LIECHTENSTEIN  
Bibliothek

HOGREFE



GÖTTINGEN • BERN • WIEN • PARIS • OXFORD • PRAG  
TORONTO • CAMBRIDGE, MA • AMSTERDAM • KOPENHAGEN

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Coaching</b>	<b>1</b>
1.1	Coaching in der Personalentwicklung	1
1.2	Definitionen	2
1.3	Abgrenzung zu ähnlichen Begriffen	5
1.3.1	Psychotherapie	5
1.3.2	Supervision	7
1.3.3	Mentoring	9
1.3.4	Beratung	10
1.3.5	Training	13
1.4	Bedeutung für das Personalmanagement	15
1.4.1	Kosten	15
1.4.2	Verbreitung und Akzeptanz	17
1.5	Betrieblicher Nutzen	19
1.6	Wirkungen von Coaching	22
<b>2</b>	<b>Modelle</b>	<b>23</b>
2.1	Übersicht	23
2.2	Modelltheoretischer Hintergrund	24
2.3	Coaching durch den organisationsexternen Coach	26
2.4	Coaching durch den organisationsinternen Coach	29
2.5	Coaching durch den Vorgesetzten	32
2.6	Einzel-Coaching	36
2.7	Gruppen-Coaching	38
2.7.1	Team-Coaching	41
2.8	Weitere Coaching-Varianten	42
2.8.1	Selbst-Coaching	42
2.8.2	Online-Coaching, Tele-Coaching	44
2.8.3	Coaching mit mehreren Coaches	45
2.8.4	Kombinationen von Coaching-Varianten	46
<b>3</b>	<b>Analyse und Maßnahmenempfehlung</b>	<b>47</b>
3.1	Grundvoraussetzungen	47
3.2	Rahmenbedingungen für die Ein- und Durchführung	
	Organisation sinterner Coaching-Maßnahmen	49
3.3	Coaching-Ablauf und Maßnahmenempfehlungen	56
3.3.1	Kontaktaufnahme und Erstgespräch	56
3.3.2	Verträge	57
3.3.3	Coaching-Termine	59

3.3.4	Klärung der Ausgangssituation und Zielsetzung	60
3.3.5	Interventionen	63
3.3.6	Qualitätskriterien	63
3.3.7	Evaluation und Abschluss	66
<b>4</b>	<b>Vorgehen</b>	<b>70</b>
4.1	Methoden und Techniken im Coaching	71
4.1.1	Fragen	72
4.1.2	Generalisierungen, Verzerrungen und Tilgungen klären	74
4.1.3	Rekonstruktionen	75
4.1.4	Testverfahren	76
4.1.5	Pacing und Leading	77
4.1.6	Gesprächstechniken	77
4.1.7	Verhaltensmuster durchbrechen	81
4.1.8	Entlastungen schaffen (Cooling down)	81
4.1.9	Selbstreflexion fördern	81
4.1.10	Feedback geben	82
4.1.11	Konfrontationen wagen	83
4.1.12	Zusammenhänge analysieren	84
4.1.13	Rollenspiele	85
4.1.14	Zielsetzungs- und Ordnungsprozesse fördern	85
4.1.15	Verhalten und Fähigkeiten trainieren	87
4.1.16	„Hausaufgaben“	87
4.2	Wirkungsweise der Techniken	87
4.3	Probleme bei der Durchführung	90
<b>5</b>	<b>Fallbeispiele aus der Unternehmenspraxis</b>	<b>94</b>
5.1	Einleitung	94
5.2	Fallbeispiel 1	95
5.3	Fallbeispiel 2	98
<b>6</b>	<b>Literatur-Empfehlungen</b>	<b>100</b>
<b>7</b>	<b>Literatur</b>	<b>100</b>

Karten:

Checkliste zur Auswahl von Coaches

Informationen zum Coaching im Internet

Fragen für das erste Coaching-Gespräch

Hinweise zur Auswahl von Coaching-Ausbildungen

• , . ; , „“  
 IHL: >,  
 < ••