

# Inhalt

<b>Vorwort von Prof. Dr. Eckard König . . . . .</b>	<b>5</b>
<b>Grundlagen . . . . .</b>	<b>7</b>
Beratung – ein Problem der Vielfalt . . . . .	8
Ausbildungsberatung – eine Annäherung . . . . .	10
Coaching – mein Verständnis . . . . .	13
Ablauf meiner Coachingsitzungen . . . . .	17
Struktur meiner Coachingsitzungen . . . . .	20
Coachingthemen im Vorbereitungsdienst . . . . .	34
<b>Werkzeuge . . . . .</b>	<b>38</b>
Umgang mit den Werkzeugen . . . . .	39
Transparenz erzeugen . . . . .	41
Vertrauen schaffen . . . . .	44
Komplimente machen . . . . .	47
Zirkulär fragen . . . . .	52
Hypothetisch fragen . . . . .	54
Werthaltungen relativieren . . . . .	57
Auslassungen erkennen . . . . .	62
Als-ob-Zustand anregen . . . . .	65
Nach Wundern fragen . . . . .	68
Generalisierungen aufdecken . . . . .	71
Neue Rahmen schaffen . . . . .	74
Gefühle verändern . . . . .	78
Machbarkeit von Zielen prüfen . . . . .	82
Einschätzungen herausfordern . . . . .	86
Zeitvorstellungen nutzen . . . . .	92
Handlungssituationen bearbeiten . . . . .	97
Selbstverantwortung stärken . . . . .	101
Absichten positiv formulieren . . . . .	103
Selbstvertrauen stärken . . . . .	107
Entscheidungen treffen . . . . .	111
Ziele genau bestimmen . . . . .	115

---

Rapport herstellen . . . . .	121
Unvernünftige Gedanken entlarven . . . . .	128
Kausalketten zerbrechen . . . . .	133
Situationen neu verstehen . . . . .	137
Handlungspläne aufstellen . . . . .	142
Provokationen nutzen . . . . .	146
Konflikte lösen . . . . .	150
Teufelskreise durchbrechen . . . . .	154
<b>Beispiele . . . . .</b>	<b>162</b>
Zum Umgang mit den Beispielen . . . . .	163
Beispiel 1: Herr Konrad und die Lehrerrolle . . . . .	164
Beispiel 2: Frau Ahlers und die Vernetzung . . . . .	167
Beispiel 3: Herr Altmann und das Zeitmanagement . . . . .	170
Beispiel 4: Frau Bröder und die unruhige Klasse . . . . .	174
Beispiel 5: Herr Kahl und das dreckige T-Shirt . . . . .	179
Beispiel 6: Frau Fischer und der Perfektionismus . . . . .	184
<b>Literatur . . . . .</b>	<b>188</b>
<b>Bildnachweise . . . . .</b>	<b>192</b>