

DER MEGATREND	08
KAPITEL 1	17
Grundlegende Werte beim Coaching	18
Menschlichkeit	19
Authentizität	22
Was sind Werte?	29
Deine Rolle	38
Deine Person als Kern des Coachings	40
Ehrlichkeit und Klarheit	44
KAPITEL 2	49
Der Wert des Momentes	55
Kostbare Momente	56
Sei stolz	59
Dein Ego gegen dein Selbst	63
Neues erleben – Neues lernen – weiter lernen	65
Es ist deine Zeit	67
Der eigene Coach: Coach the Coach	71

KAPITEL 3	77
Reflexion	78
Mutig sein und Neues erleben	79
Gastbeitrag Daniel Tomaschko	80
Online oder Offline Coaching?	
Der Unterschied kurz erklärt	88
 KAPITEL 4	 91
Merkmale für einen guten Coach	92
Selbstreflexion	98
Offenheit	98
Die eigene Geschichte	102
Authentizität und Klarheit	107
Empathie	113
Demut	118
Vertrauen	122
Deine Positionierung	126
Strahlkraft	127
Wohlbefinden	130
Gemeinsamkeit	132
Verbindung	135
Epilog	143
Quellenangaben	146