

Inhalt

Vorwort	7
1. Grundlagen des systemischen Coachings	10
1.1 Was ist systemisches Coaching?	13
1.2 Kernprinzipien und Konzepte	15
1.3 Historischer und theoretischer Kontext	17
1.4 Abgrenzung zu anderen Coaching-Ansätzen	18
1.5 Führung neu denken	22
2. Mehrwert und Anwendungsvielfalt	24
2.1 Mehrwert auf Führungs- und Unternehmensebene	27
2.2 Personal- und Teamentwicklung neu gedacht	31
2.3 Innovative Ansätze im Change-Management	35
2.4 Systemische Coaching-Methoden	38
2.5 Praktische Anwendung und Methodenvielfalt	44
3. Systemische Haltung und Fragetechniken	46
3.1 Systemische Haltung bei Führungskräften	49
3.2 Zirkuläres Fragen und systemische Fragetechniken	56
3.3 Aktives Zuhören und Gesprächsführung	62
3.4 Übungen für systemische Führung	64
3.5 Kommunikation als systemischer Erfolgsfaktor	68
4. Selbstreflexion und Persönlichkeitsentwicklung	70
4.1 Führungsstärke durch Selbstreflexion	73
4.2 Selbstreflexion ermöglicht Musterveränderung	75
4.3 Stärken und Schwächen im Gleichgewicht	78
4.4 Resilienz stärkt Führungspersönlichkeit	80
5. Systemisches Coaching in Teams und Unternehmen	84
5.1 Analyse von Teamdynamiken und -Strukturen	87
5.2 Ein Team, ein Ziel	89
5.3 Konflikte im Team? Systemisch betrachtet kein Problem!	93
5.4 Innovation und Kreativität fördern	97

6. Change Management durch systemisches Coaching	102
6.1 Grundlagen des Change Managements	105
6.2 Führungskräfte als Change Agents	108
6.3 Veränderungen systemisch gestalten	110
6.4 Umgang mit Widerständen und Unsicherheiten	112
7. Integration und Umsetzung im Führungsalltag	116
7.1 Wege zur systemischen Kultur	119
7.2 Systemisch denken, kontinuierlich handeln	121
7.3 Vernetzung und Austausch mit anderen Führungskräften	126
8. Der moderne Leader als systemischer Coach	128
8.1 Mitarbeiter coachen	131
8.2 Stakeholder coachen	138
8.3 Erfolgsfaktoren und Stolpersteine	146
Systemisches Coaching Schritt für Schritt	
9. Selbstreflexion und Selbstbewusstsein fördern	152
9.1 Tägliches Reflexionsjournal	154
9.2 360-Grad-Feedback	155
9.3 Werte-Kompass erstellen	155
9.4 Stärken-Schwächen-Analyse	156
9.5 Emotionale Intelligenz trainieren	157
9.6 Persönliche Visionsarbeit	158
10. Komplexität und Zusammenhänge erkennen	160
10.1 Systemisches Denken kultivieren	162
10.2 Datengeleitete Entscheidungsfindung implementieren	163
10.3 Szenarioplanung und strategische Vorausschau	164
10.4 Interdisziplinäre Zusammenarbeit fördern	165
11. Beziehungsmanagement und Kommunikation verbessern	166
11.1 Stakeholder-Mapping und -Management	168
11.2 Verhandlungskompetenzen	169
11.3 Storytelling als systemisches Führungsinstrument	170
11.4 Krisenkommunikation durch systemische Perspektive	172
11.5 Virtuelle und hybride Teamkommunikation optimieren	173

12. Konfliktlösungskompetenz entwickeln	174
12.1 Systemische Konfliktanalyse	176
12.2 Systemische Interventionen	177
12.3 Umgang mit emotionalen und persönlichen Konflikten	178
12.4 Systemische Konfliktkultur	180
13. Veränderungsprozesse erfolgreich gestalten	182
13.1 Systemische Diagnose und Vorbereitung	184
13.2 Partizipative Gestaltung von Veränderungsprozessen	185
13.3 Systemische Interventionen und Feedbackschleifen	187
13.4 Nachhaltigkeit und Integration von Veränderungen	188
14. Resilienz und Stressmanagement	190
14.1 Systemisches Verständnis von Stress und Resilienz	192
14.2 Entwicklung systemischer Strategien zur Stressbewältigung	194
14.3 Förderung einer resilienten Organisationskultur	195
14.4 Persönliche Resilienz und Selbstfürsorge als Führungskraft	197
15. Mentoring und Teamgeist	198
15.1 Systemisches Verständnis von organisationalem Lernen	200
15.2 Gestaltung lernförderlicher Strukturen und Prozesse	202
15.3 Förderung einer Kultur des kontinuierlichen Lernens	203
15.4 Entwicklung systemischer Lerninterventionen	204
Überblick Systemische Fragetechniken	206
Quellenverzeichnis	212