

# Inhalt

Geleitwort.....	11
Vorwort.....	13
Danksagung.....	15
<b>1. Was ist Coaching?</b> .....	17
1.1 Was Coaching nicht ist .....	18
1.2 Der Coachingkontext .....	20
1.3 Wer ist Coach? .....	21
1.4 Die Kernkompetenzen des Coachs .....	23
1.5 Die Beziehung zwischen Coachs und Klienten.....	24
1.6 Wer ist das Klientel? .....	25
1.7 Hauptmerkmale des Coachings.....	25
1.8 Theoretische Ansätze des Coachings.....	26
1.9 Der Wert von Coaching .....	27
1.10 Durch Coaching Veränderungen bewältigen.....	27
<b>2. Lösungsorientiertes Coaching im Überblick</b> .....	29
2.1 Einleitung.....	29
2.2 Grundeinstellung .....	30
2.3 Der Ursprung des lösungsorientierten Ansatzes .....	33
2.4 Das SOLUTION-Modell .....	35
2.5 Das FOKUS-Modell.....	41
2.6 Was lösungsorientiertes Coaching nicht ist.....	41
2.7 Probleme versus Lösungen .....	43
2.8 Wertschätzen der Person .....	45
2.9 Sprachliche Anpassung.....	46
2.10 Sprachliches Vorbild.....	46
2.11 Lösungsorientiertes Coaching und Neurowissenschaften .....	47
2.12 Das Gesetz der erforderlichen Vielfalt.....	49
2.13 Beobachten und Beschreiben .....	50
2.14 Lösungsorientiertes Coaching und Veränderung.....	51

<b>3.</b>	<b>Lösungsorientierte Fähigkeiten für Coachs.....</b>	<b>55</b>
3.1	Einleitung.....	55
3.2	Eine Grundlage für Kompetenz schaffen.....	57
<b>4.</b>	<b>Weitere lösungsorientierte Fähigkeiten für Coachs.....</b>	<b>81</b>
4.1	Anders denken – anders handeln.....	81
4.2	Aufgaben zwischen den Sitzungen.....	91
4.3	Die Beziehung beenden.....	99
4.4	Fallbeispiel.....	100
<b>5.</b>	<b>Lösungsorientierte Coachs.....</b>	<b>105</b>
5.1	Kompetente Coachs.....	105
5.2	Häufige Fehler .....	116
5.3	Was Sie tun können, um die lösungsorientierte Sprache fließender zu sprechen.....	118
5.4	Kompetente Coachees .....	119
<b>6.</b>	<b>Gruppen- und Teamcoaching .....</b>	<b>123</b>
6.1	Lösungsorientierte Coachingmodelle.....	124
6.2	Alternative lösungsorientierte Gruppemodelle.....	125
6.3	Lösungsorientiertes Gruppencoaching .....	128
6.4	Beispiel für eine lösungsorientierte Coachinggruppe.....	130
6.5	Lösungsorientiertes Teamcoaching .....	135
6.6	Beispiel für ein lösungsorientiertes Teamcoachingprogramm .....	137
<b>7.</b>	<b>Professionalität, ethische und praktische Fragen .....</b>	<b>147</b>
7.1	Der Coachingprozess .....	147
7.2	Die Coach-Coachee-Beziehung.....	148
7.3	Einsatz neuer Technologien .....	150
7.4	Ethische Aspekte.....	151
7.5	Supervision .....	155
<b>8.</b>	<b>Integrative Coachs.....</b>	<b>159</b>
8.1	Ein integrativer Ansatz .....	159
8.2	Wie andere Ansätze vom lösungsorientierten Ansatz profitieren können .....	184

<b>9. Lösungsorientierte Coachingübungen .....</b>	<b>187</b>
9.1 Übungen für Einzel- und Gruppencoachings bzw. Workshops .....	188
9.2 Übungen für Workshops und Gruppen .....	196

### **Schlussüberlegungen:**

Auf dem Weg zu einem evidenzbasierten Ansatz.....	199
---	-----

<b>Anhang 1:</b> Lösungsorientiertes Arbeitsblatt .....	201
---	-----

<b>Anhang 2:</b> Arbeitsblatt „Lösungen üben“ .....	203
---	-----

<b>Anhang 3:</b> Interessante Internetadressen .....	207
--	-----

Literatur.....	209
----------------	-----

Über die Autoren .....	219
------------------------	-----

Index .....	221
-------------	-----