

# Inhalt

<b>Wie man aus dem Buch möglichst viel herausholt</b>	13
<b>Einführung</b>	15

## TEIL 1 EINEN ANFANG MACHEN

<b>Einführung</b>	23
-------------------	----

### KAPITEL 1 WIE MENSCHEN DENKEN UND LERNEN

<b>Einführung</b>	27
<b>Theorie 1:</b> Malcolm Knowles: Wie Erwachsene lernen	29
<b>Theorie 2:</b> Neil Fleming: Das VAK-Modell	32
<b>Theorie 3:</b> David Kolb: Der erfahrungsbasierte Lernzyklus	35
<b>Theorie 4:</b> Katherine Myers und Isabel Briggs: Der Myers-Briggs-Typenindikator (BMTI)	38

### KAPITEL 2 WAS MENSCHEN MOTIVIERT

<b>Einführung</b>	43
<b>Theorie 5:</b> John Keller: Das ARCS-Modell des motivationalen Designs	45
<b>Theorie 6:</b> Douglas McGregor: Die X- und Y-Theorie	48
<b>Theorie 7:</b> Frederick Herzberg: Hygiene- und KITA-Faktoren	51

## **KAPITEL 3 EIN GUTER KOMMUNIKATOR SEIN**

<b>Einführung</b>	57
<b>Theorie 8:</b> Michael Argyle: Das Kommunikationszyklus-Modell	58
<b>Theorie 9:</b> Eric Berne: Die Transaktionsanalyse	61
<b>Theorie 10:</b> Joseph Luft und Harry Ingram: Das Johari-Fenster	64

## **KAPITEL 4 DIE RICHTIGEN ZIELE SETZEN**

<b>Einführung</b>	69
<b>Theorie 11:</b> Benjamin Bloom: Lernzielstufen im kognitiven Bereich	71
<b>Theorie 14:</b> Ravindrakumar Dave: Lernzielstufen im psychomotorischen Bereich	74
<b>Theorie 13:</b> David Krathwohl und Benjamin Bloom: Lernzielstufen im affektiven Bereich	77

## **KAPITEL 5 COACHING DURCH DIRIGIEREN**

<b>Einführung</b>	83
<b>Theorie 14:</b> Iwan Pawlow: Die klassische Konditionierung	84
<b>Theorie 15:</b> Edwin Guthrie: Die Kontiguitätstheorie	86
<b>Theorie 16:</b> Robert Merton: Die selbsterfüllende Prophezeiung	89

## **KAPITEL 6 COACHING DURCH UNTERSTÜTZUNG**

<b>Einführung</b>	95
<b>Theorie 17:</b> Abraham Maslow: Die Bedürfnispyramide	97

<b>Theorie 18:</b> Carl Rogers: Förderung des Lernens	100
<b>Theorie 19:</b> Jack Mezirow: Transformatives Lernen	103

## KAPITEL 7 COACHING DURCH VORFÜHREN

<b>Einführung</b>	109
<b>Theorie 20:</b> Berliner Schule der Gestaltpsychologie: Die Einsichtstheorie	110
<b>Theorie 21:</b> Karl Pribram, George Miller und Eugene Galanter: Das TOTE-Modell (Test-Operate-Test-Exit)	113
<b>Theorie 22:</b> Albert Bandura: Lernen am Modell	116

## KAPITEL 8 COACHING DURCH STIMULATION

<b>Einführung</b>	121
<b>Theorie 23:</b> Donald Hebb: Assoziatives Lernen	122
<b>Theorie 24:</b> Leon Festinger: Kognitive Dissonanz	125
<b>Theorie 25:</b> Michael Merzenich: Neuroplastizität	128

## KAPITEL 9 DER UMGANG MIT VERHALTENS-AUFGÄLLIGKEITEN

<b>Einführung</b>	133
<b>Theorie 26:</b> Kurt Lewin: Das Umgestalten von Verhalten	134
<b>Theorie 27:</b> Peter Honey: Verhaltensmodifikation	137
<b>Theorie 28:</b> Robert Hare: Die Psychopathie-Checkliste	140
<b>Zusammenfassung von Teil 1</b>	143

## TEIL 2

# WEITERFÜHRUNG

<b>Einführung</b>	147
<b>Theorie 29:</b> Richard Bandler und John Grinder: Neurolinguistisches Programmieren (NLP)	148
<b>Theorie 30:</b> Gregory Bateson: Neurologische Ebenen	151
<b>Theorie 31:</b> Donald Broadbent: Filtertheorie der Aufmerksamkeit	154
<b>Theorie 32:</b> Marty Brounstein: Die fünf Säulen der Verbindlichkeit	157
<b>Theorie 33:</b> Arthur Costa und Bena Kallick: Der Coach als kritischer Freund	160
<b>Theorie 34:</b> Edward de Bono: Die Denkhüte	163
<b>Theorie 35:</b> Robert Dilts: Die Walt-Disney-Methode	166
<b>Theorie 36:</b> Gerard Egan: Das Beratungsmodell nach Egan (The Skilled Helper Model)	169
<b>Theorie 37:</b> Ferdinand Fournies: Coaching-Gesprächsplanung	172
<b>Theorie 38:</b> Tim Gallwey: Das innere Spiel	175
<b>Theorie 39:</b> Howard Gardner: Theorie der multiplen Intelligenzen	178
<b>Theorie 40:</b> Andrew Gilbert und Karen Whittleworth: Das OSCAR- Coaching-Modell	181
<b>Theorie 41:</b> Daniel Goleman: Emotionale Intelligenz	184
<b>Theorie 42:</b> Bruce Grimley: Das 7-C-Coaching-Modell	187
<b>Theorie 43:</b> John Grinder: Der New Behaviour Generator (NBG)	190
<b>Theorie 44:</b> Richard Hale und Eileen Hutchinson: Der INSIGHT- Coaching-Zyklus	193
<b>Theorie 45:</b> Peter Hawkins: Das CLEAR-Modell	196
<b>Theorie 46:</b> Jon Kabat-Zinn: Achtsamkeit	199
<b>Theorie 47:</b> Max Landsberg: Das Tao des Coaching	203
<b>Theorie 48:</b> David Lane und Sarah Corrie: Absicht, Perspektiven und Prozess	206
<b>Theorie 49:</b> Angus McLeod: Das STEPPPA-Modell	209
<b>Theorie 50:</b> Alec McPhedran: Das GENIUS-Modell	212

<b>Theorie 51:</b> Eric Parsloe und Monika Wray: Die sieben goldenen Regeln der Einfachheit	215
<b>Theorie 52:</b> Jenny Rogers: Die sechs Grundsätze des Coachings	219
<b>Theorie 53:</b> Virginia Satir: Anchoring und Self-Coaching	223
<b>Theorie 54:</b> John Sweller: Die Cognitive-Load-Theorie (CLT)	226
<b>Theorie 55:</b> John Whitmore: Das GROW-Modell	229
<b>Zusammenfassung von Teil 2</b>	232

## **TEIL 3**

### **BESSERE PERFORMANCE DURCH ORGANISATIONS-COACHING**

<b>Einführung</b>	237
-------------------	-----

#### **KAPITEL 1 COACHING VON FÜHRUNGSKRÄFTEN**

<b>Einführung</b>	241
<b>Theorie 56:</b> John Adair: Aktionszentrierte Führung	243
<b>Theorie 57:</b> Bernard Bass: Transformationale Führung	246
<b>Theorie 58:</b> Richard Boyatzis: Selbstgesteuertes Lernen	249

#### **KAPITEL 2 BESSER ALS DIE WETTBEWERBER SEIN**

<b>Einführung</b>	255
<b>Theorie 59:</b> Mike Pedlar, John Burgoyne und Tom Boydell: Das lernende Unternehmen	257
<b>Theorie 60:</b> Chris Argyris und Donald Schön: Triple-Loop Learning	260
<b>Theorie 61:</b> Peter Senge: Die fünfte Disziplin	263

## **KAPITEL 3 DIE RICHTIGE ARBEITSPLATZKULTUR**

<b>Einführung</b>	269
<b>Theorie 62:</b> Edgar Schein: Das Kulturebenen-Modell	270
<b>Theorie 63:</b> Carl Steinhoff und Robert Owens: Kulturelle Metaphern	273
<b>Theorie 64:</b> Charles Handy: Kulturgötter	276

## **KAPITEL 4 BESSER PLANEN**

<b>Einführung</b>	281
<b>Theorie 65:</b> Gerry Johnson und Kevan Scholes: Die sieben Phasen der strategischen Planung	282
<b>Theorie 66:</b> Die McKinsey Group: Das 7-S-Modell	285
<b>Theorie 67:</b> Mary Bitner und Bernard Booms: Die 7 P des Marketingmix	288

## **KAPITEL 5 QUALITÄT MANAGEN**

<b>Einführung</b>	293
<b>Theorie 68:</b> Joseph Juran: Die 80-20-Regel: Die entscheidenden Wenigen und die belanglose Masse	294
<b>Theorie 69:</b> William Edwards Deming: 14 Schritte zum Qualitätsmanagement	297
<b>Theorie 70:</b> Phil Crosby: Das Reifegradmodell – Maturity Grid	300

## **KAPITEL 6 AUF VERÄNDERUNG REAGIEREN**

<b>Einführung</b>	305
<b>Theorie 71:</b> John Kotter: Das 8-Stufen-Modell	307

<b>Theorie 72:</b> Elisabeth Kübler-Ross: Die fünf Phasen der Trauer	310
<b>Theorie 73:</b> John Fisher: Die Übergangskurve	313

## KAPITEL 7 ZUSAMMEN ARBEITEN

<b>Einführung</b>	319
<b>Theorie 74:</b> Meredith Belbin: Teamrollen	320
<b>Theorie 75:</b> Bruce Tuckman: Das Phasenmodell für die Teamentwicklung	323
<b>Theorie 76:</b> Ichak Adizes: Persönlichkeitsstile im Teammanagement	326
<b>Zusammenfassung von Teil 3</b>	329
<b>Schlusswort zum Coaching</b>	333
<b>Weiterführende Literatur</b>	337
<b>Danksagungen</b>	344
<b>Über den Autor</b>	346