

INHALT

PROLOG	7
WIE ALLES ANFING: DER BAUM DER ERKENNTNIS	9
WAS LÄSST SICH ÜBER WEIN UND COACHING SAGEN?	14
Was ist denn Wein und was ist eigentlich ein Coach?	14
Supervision und Coaching sind Beratungsformen im beruflichen Kontext	22
Was ist ein guter Coach? Und ein guter Wein?	26
Wie teuer darf ein Wein sein? Was darf Coaching kosten?	34
Wie alt darf ein Wein sein? Und wie alt ein Coach?	39
Designerwein und Selbstoptimierung	44
WEIN, COACHING UND GESUNDHEIT	51
The French paradox	51
Wer heilt, hat recht? Arnau de Vilanova	63
Wie schaffe ich nun den Übergang zur Coaching-Szene?	68
Ein Selbstversuch: »Arnau und Milton«	72
DER COACHING-PROZESS – DIE WEINPRODUKTION	74
Der Weinberg	74
Terroir und System	74
Planung und Visionen – die Pflege des Weinbergs	82
22 Regeln zur Pflege des Weinbergs aus dem Tractatus vini	90
Die Sache mit dem Unkraut – wer definiert was?	99
Stress, Resistenz und Resilienz	145
Resistenz und Resilienz im Weinbau	148
Stress, Resilienz und Burn-out	149
Cui bono?	151
Zurück zu den Wurzeln	152
Im Weinkeller	157
Cuvée or not Cuvée	157
It's simple but not easy – der lange Weg zum Genuss	169
Ab in den Keller	173
DIE WEINPROBE	181
Probieren und Studieren	181
Soll man es also lassen?	185

Welcher Wein für welche Kunden?	187
Welches Coaching für welche Kunden?	191
Im Wein liegt Wahrheit – aber welche?	193
Ein mögliches Modell und seine Faustregeln	194
Die Repräsentationsheuristik	197
Verfügbarkeitsheuristik	198
Der Pathologie-Bias in der Praxis	200
Neugier ist gut beim Probieren (und Studieren)	203
Wie viele Weintrinker können nicht irren?	205
Bullshit	206
EPILOG	214
LITERATUR	216
ÜBER DEN AUTOR	223