

## Inhaltsverzeichnis

Einführung	9	
<b>Coaching heute – ein punktueller kritischer Blick</b>	<b>13</b>	<b>01</b>
Coaching in der heutigen Zeit: ein kurzer Abriss	14	
Coaching – woher – wohin?	15	
Wirkung von Coaching	19	
Meine speziellen Wirkfaktoren	24	
Der Coach an und für sich	31	
Coach-Typen	45	
Der Coachee und seine Anliegen	50	
Die Opferrolle	54	
Die Psychopathen	55	
Das Erbe der Kriegskinder- und Enkelkinder	58	
Die Folgen sozialer Abgrenzung – sozialer Schmerz	61	
Ängste	62	
Alte Wunden	64	
Unerfüllte Bedürfnisse	70	
<b>Basics</b>	<b>79</b>	<b>02</b>
Die Toolbox	80	
Der Coaching-Rahmen	80	
Die Grundannahmen im Coaching	86	
Statusspiele	91	
Quellen und Wurzeln	96	
Das Neuro-Linguistische Programmieren (NLP)	96	

	Systemisches	109
	The Work	115
	Der Clown	120
	Das Ärgermodell – eines meiner Evergreens	123
	Das Dramadreieck	126
	Das Spiel	128
	Schamanismus oder Schamanentum	130
	Fragen: elementares Werkzeug des Coachings	138
	Wiederkehrende Prinzipien	156
	Die Räume	156
	Und die Zeit ...	160
	Geschichten gehen unter die Haut: Storytelling	164
	Verschiedene Dialoge	167
	Meditationen & Co.	169
<b>03</b>	<b>Ungewöhnlich: Orte und Coaching</b>	<b>173</b>
	Die Magie ungewöhnlicher Orte	174
	Die Natur	175
	Das Paddeln	181
	Auf Wanderschaft	185
	Im Zelt	189
	Im Auto	195
	Ungewöhnliches Coaching an ungewöhnlichen Orten?	198
	Rituale als Coaching-Extrakt	200
	Das Lagerfeuer – am Feuer sitzen	202
	Liebes Tagebuch	206
	Die Ratgeberrunde	210

Inhalt

Das Sushi-Coaching	214
Tschüss Maria	216
Der Brief	218
Das WhatsApp-Coaching	222
Aufstellungen	224
Arbeit mit der Heldenreise	229
Stopp	234
Die Schälung	236
Unter einer Yakdecke	237
Die Bank	240
Das Geheimnis	247
Das Schweige-Coaching	250
Der Fürsprecher	252
Ich war noch niemals in New York	254
Die Predigt	256
Das Baum-Coaching	260
Mein Leben in zehn Kapiteln	264
Die Eisenbahnlandschaft	266
Danken und Bitten	268
Die Tiermeditation	273
Ein Lied	276
Der Beichtstuhl	277
Die Klagemauer	280
Der Wutanfall	284

---

Schreib dir deinen eigenen Psychoratergeber	285
Storytelling	287
Warum noch ein weiteres Buch zum Thema Coaching?	290
Literatur	292