Der Ratgeber wendet sich an Coachs und Klienten gleichermaßen: mit Tools aus der eigenen Coachingpraxis des Autors, Tipps zum weitergehenden Selbstcoaching oder auch zur Nachbereitung eines Coachingprozesses. Praktische Beispiele und anschauliche Visualisierungen empfohlener und weiterentwickelter Tools unterstützen methodisch und zielgerichtet das eigene Selbstmanagement.

Die Neuauflage reflektiert die Veränderungen in der Coachinglandschaft mit der Corona-Pandemie. Es finden sich neuartige Coaching-Formate: virtuelles und hybrides Coaching sowie Naturcoaching. Farbige Motive authentischer Hybrid- und Naturcoachingprozesse ergänzen die bisherigen Visualisierungen und leiten den Leser methodisch zum Selbstcoaching an.

Stimmen zur Erstauflage:

„Ein Schwerpunkt dieses Buches ist die Innenwelterkundung. Es ist insbesondere für alle wichtig, die das Buch als einen Weg zum Selbstcoaching nutzen möchten. Dieser Zusammenhang von bewusster Wahrnehmung der Außenwelt und innerer Achtsamkeit zieht sich als Ansatz durch das ganze Buch. Hier werden die zentralen Grundlagen zum Verständnis des eigenen Selbsterlebens gelegt." (Prof. Dr. Erich Schäfer)

„Die verbindende Klammer aller beschriebenen Tools und Fallbeispiele ist der lösungsorientierte Ressourcenansatz. Das Buch lebt von der mehrperspektivischen Milieukompetenz des Autors und seinen Erfahrungen in ganz verschiedenen beruflichen und persönlichen Kontexten. Seine erkennbare Leidenschaft liegt in der Einzelbegleitung und Teamentwicklung. Hierfür werden in der Neuauflage innovative Möglichkeiten für hybride Formate und für das Naturcoaching erschlossen." (Prof. Dr. Elke Berninger-Schäfer)

Die Erstauflage war im März 2020 im „Coaching-Report"auf → **Rang 1** der Coachingliteratur (Coaching-Magazin, 03/2020, S. 64).

Dr. Thomas Hanstein ist Berufsschulpädagoge mit gymnasialer Lehrbefähigung und Vorerfahrungen in der freien Wirtschaft, Diplom-Theologe und Seelsorger, Autor und Business Coach für Wirtschaft und Verwaltung (Kontaktstudium, DBVC-anerkannt). Er ist als Fortbildungsreferent für coaching-relevante Fragestellungen, externer Coach und Berater mit den Schwerpunkten On- und Offboarding sowie Change-Management tätig. Auf der Basis seiner vielseitigen beruflichen Vita mit Aufgaben als Fach- und Führungskraft hat er Trainings- und Seminarmodelle auf der Basis ressourcenorientierten Coachings entwickelt.

Kontakt: www.coaching-hanstein.de

ISBN 978-3-8288-4587-9
9 783828 845879
www.tectum-verlag.de

Thomas Hanstein Selbstmanagement – mit Coachingtools

Tectum Tectum

Thomas Hanstein

Selbstmanagement – mit Coachingtools

Ressourcen erkennen, nutzen und pflegen

2. Auflage, erweitert mit Tools zum Hybrid- und Naturcoaching