

Ressourcen - Coaching

Schilf VU

01./02.02.2018

- Einstieg -

Dr. Thomas Hanstein

„Ressource“

1968

1981

1990

2003

2010



1968

1981

1990

2003

2010

„Coaching“

seit

5

10

20

25

30

35

40

Jahren

seit

5

10

20

25

30

35 - 40

Jahren

„Ressource...“

- 👉 Badura führt Begriff in **Sozialwissenschaften** ein (Badura, 1981)
- 👉 **Ressource:** „*alles, was gesundheitsfördernde neuronale Netze aktiviert und entsprechende Ziele verwirklichen hilft*“ (Storch/Krause, 2007)

„... Coaching“

- 👉 Inflationäre Verwendung bis „Scharlatanerie“ (Berninger-Schäfer, 2011)
- 👉 **Förderung der „Weiterentwicklung von individuellen Lern- und Leistungsprozessen bzgl. primär beruflicher Anliegen“** (DBVC, 2017)

Gemeinsamkeiten ... Parallelen

- **Paradigmenwechsel:**
 - von der Belastungsforschung hin zu einer Ressourcenforschung
 - von der Problem- zur Lösungsorientierung
- neurowissenschaftlich fundiert

Thesen:

Mit Ressourcenorientierung & -aktivierung
durch Coaching

1. *besseres Herausfinden eigener **Bedürfnisse***
2. *Überwinden eingefahrener **Musterzustände***
3. *sichere **Entscheidungsfindung***
4. *nachhaltige **Zielerreichung***
5. *mehr Zufriedenheit ...*

auf wissenschaftlicher Basis von:

- *Motivationsforschung*
- *Systemtheorie*
- *Lerntheorie*
- *Hirnforschung*
- *Zielpsychologie*
- *Embodimentforschung ...*



RessourCoaching



Quellen

Literatur – Auswahl

(jeweils Erstauflage)

Badura, B. (1981): *Soziale Unterstützung und chronische Krankheit*, Frankfurt/M.

Hüther, G. (2004): *Die Macht der inneren Bilder*, Göttingen

Arnold, R. (2007): *Ich lerne, also bin ich*, Heidelberg

Storch, M./ Krause, F. (2007): *Selbstmanagement – ressourcenorientiert*, Bern

Storch, M. et. al. (2010): *Embodiment*, Bern

Berninger-Schäfer, E. (2011): *Orientierung im Coaching*, Karlsruhe