Erscheint am 13.02.2027
288 Seiten, kartoniert
Format: 17.0 x 24.0
ISBN: 978-3-7495-0792-4

Pieternel Dijkstra, Eefje Rondeel

Effektiv Coachen

Evidenzbasierte Tools für klare Ergebnisse

Evidenzbasierte Methoden für nachhaltige Veränderung

• Übersetzt aktuelle empirische Erkenntnisse in anwendbare Coaching-Tools
• Vom Erstkontakt über Zielsetzung bis zur Evaluation und Abschlussphase
• Integriert moderne Coaching-Formate – Video, Mail, Chat – und erklärt Chancen & Risiken

Coaching entwickelt sich rasant – doch in der Vielzahl an Ansätzen, Tools und Trends suchen viele Fachkräfte nach einem verlässlichen Fundament.
Evidenzbasiertes Coaching bietet genau das: eine klare, wissenschaftlich geprüfte Basis für professionelles Coaching, kombiniert mit sofort anwendbaren Methoden für die Praxis.
Dieses Buch bündelt die neuesten Erkenntnisse aus Psychologie, Neurowissenschaften und Sozialwissenschaften und übersetzt sie in konkrete Handlungsimpulse.
Im ersten Teil vermittelt das Buch die Grundlagen professionellen Coachings: psychologische Prinzipien, Kommunikation, Arbeitsallianz, ethische Aspekte und die Struktur des Coaching-Prozesses.
Im zweiten Teil werden vier wissenschaftlich gut belegte Methoden vorgestellt – die Rational-Emotive Therapie, ACT, Motivierende Gesprächsführung und lösungsorientiertes Coaching.
Sie bilden ein belastbares Fundament, mit dem Coaches wirksam, zielorientiert und verantwortungsvoll arbeiten können.
Ergänzt wird dies durch praxisnahe Verhaltensänderungstechniken, die selbst in kurzen oder einmaligen Coachingsitzungen wirksame Impulse ermöglichen.

Zielgruppe:

Angehende und praktizierende Coaches, Fachkräfte in beratenden und therapeutischen Berufen

Autorenprofil

Eefje Rondeel

Eefje Rondeel, Dr., ist Psychologie-Dozentin an der Open Universiteit (NL) und forscht im Bereich Coachingwissenschaft.

Pieternel Dijkstra

Pieternel Dijkstra, Dr., ist eine niederländische Sozialpsychologin, ACT-Coach, Trainerin und Autorin.