NICOLE SOAMES

**DAS
COACHING-BUCH**

So werden Sie zum souveränen Coach

M I D A S

Das Coaching-Buch

So werden Sie zum souveränen Coach

1. Auflage

© 2025 Midas Management Verlag AG

ISBN: 978-3-03876-559-2

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie, detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.de> abrufbar.

Übersetzung: Martina Panzer

Lektorat: Kathrin Lichtenberg

Layout: Ulrich Borstelmann

Druck und Bindung: FINIDR

Printed in Europe

The Coaching Book, © Nicole Soames | LID Publishing Ltd.

Alle deutschen Rechte vorbehalten

Midas Verlag AG, Dunantstrasse 3, CH 8044 Zürich

Webseite: www.midas.ch, E-Mail: kontakt@midas.ch

Midas Büro Berlin, Mommsenstraße 43, D 10629 Berlin

E-Mail: berlin@midasverlag.com (GPSR)

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung der Texte und Bilder, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlages urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in Seminarunterlagen und elektronischen Systemen.

INHALT

EINLEITUNG	1
1. Was ist Coaching?	
2. Wann ist ein Coaching angebracht?	
3. Der Schlüssel: emotionale Intelligenz	
4. So werden Sie zum erfolgreichen Coach	
TEIL EINS: DENKEN WIE EIN COACH	13
1. Persönlichkeitstypen	
2. Echte Selbsterkenntnis	
3. Erkennen, was Sie einschränkt	
4. Vom »Ich« zum »Du«	
Das Wichtigste in Kürze	
TEIL ZWEI: AUF DEM WEG ZUM ERFOLGREICHEN COACH	29
1. Wer braucht ein Coaching?	
2. Coaching für mehr Leistung	
3. Formeller vs. informeller Vertrag	
Das Wichtigste in Kürze	
TEIL DREI: COACHING MIT DISZIPLIN	47
1. Das GROW-Modell	
2. Fragetechnik	
3. Sammlung bewährter Coaching-Fragen	
4. Zuhören mit emotionaler Intelligenz	
Das Wichtigste in Kürze	

TEIL VIER: SELBSTKONTROLLE IM COACHING-GESPRÄCH	71
1. Absolute Aufmerksamkeit	
2. Umgang mit verschiedenen Persönlichkeitstypen	
3. Was jenseits der Worte zu hören ist	
4. Vertrauen aufbauen	
Das Wichtigste in Kürze	
TEIL FÜNF: IMPULS FÜR VERÄNDERUNGEN	93
1. Optimismus entwickeln	
2. Wichtige Motivatoren	
3. Ehrliches Feedback	
4. Coaching mit dem eigenen Team	
Das Wichtigste in Kürze	
TEIL SECHS: ALS COACH FIT BLEIBEN	119
1. Welcher Coaching-Typ sind Sie?	
2. Umgang mit dem Unbewussten	
3. Das Prinzip »Planen, Umsetzen, Prüfen«	
4. Feedback erhalten	
Das Wichtigste in Kürze	
Weiterführende Literatur	132
Fußnoten	135
Über die Autorin	136
Danke	138