

Inhaltsverzeichnis

Zusammenfassung der vorliegenden Arbeit.....	1
Kapitel 1	5
1. Coaching: Grundzüge einer Intervention	6
1.1. Definition von Coaching	7
1.2. Abgrenzung von Coaching	10
1.2.1. Mentoring	11
1.2.2. Training	15
1.2.3. Psychotherapie.....	19
1.2.4. Supervision.....	23
1.2.5. Kollegiale Beratung.....	24
1.2.6. Fazit: Singuläre Stellung von Coaching im Kontext von Beratung	27
1.3. Sonderformen von Coaching.....	31
1.3.1. Executive Coaching.....	31
1.3.2. Laufbahn-Coaching / Karriere-Coaching.....	33
1.3.3. Gruppencoaching.....	37
1.3.4. Peer-Coaching	40
1.3.5. Fazit: Sonderformen als definitorische Erweiterung des Coachingbegriffs.....	42
Kapitel 2	45
2. Wirkfaktoren im Coaching: Forschungsstand.....	46
2.1. Wirkfaktoren der Psychotherapieforschung	46
2.2. Wirkfaktoren der Coachingforschung.....	50
2.2.1. Coach.....	51
2.2.2. Beziehung.....	55
2.2.3. Methoden und Strukturmerkmale.....	59
2.2.4. Klient	61
2.3. Wirkfaktoren des Gruppensettings.....	63
2.4. Fazit: Würdigung der bisherigen Forschung zu Coaching.....	66
2.4.1. Methodische Würdigung	66
2.4.2. Inhaltliche Würdigung.....	69
Kapitel 3	73
3. Hypothesen zu Klienteneigenschaften im Coaching.....	74
3.1. Herleitung der Hypothesen.....	75
3.1.1. Proaktivität	76
3.1.2. Selbstmanagement.....	80
3.1.3. Selbstaufmerksamkeit	85
3.1.4. Selbstwirksamkeit	88
3.1.5. Beanspruchung	91
3.1.6. Stressverarbeitung	93

3.2.	Zusammenfassung und Überblick über die Fragestellungen der Arbeit	96
3.2.1.	Hypothesen der Fragestellung 1	97
3.2.2.	Hypothesen der Fragestellung 2	97
3.2.3.	Hypothesen der Fragestellung 3	98

Kapitel 4 **99**

4.	Peer-Coaching: Coaching für Studierende	100
4.1.	Grundzüge der untersuchten Coaching-Intervention	100
4.1.1.	Idee und Entwicklung	101
4.1.2.	Rahmenbedingungen	102
4.1.3.	Implementierung und Institutionalisierung	104
4.1.3.1.	Implementierung	104
4.1.3.2.	Marketing	106
4.1.3.3.	Akzeptanz	109
4.2.	Praxismerkmale	112
4.2.1.	Philosophie und Werte	113
4.2.2.	Standardisierung	116
4.2.3.	Auswahl, Ausbildung und Supervision der Coaches	119
4.2.3.1.	Rekrutierung und Auswahl	121
4.2.3.2.	Training und Supervision	123
4.2.3.3.	Zusammenfassung zur Aus- und Weiterbildung der Coaches	128
4.3.	Konzeptionelle Besonderheiten	132
4.3.1.	Theoretische Fundierung	132
4.3.2.	Gruppenkontext	133
4.3.3.	Prozessstrukturen der Coaching-Module	135
4.3.3.1.	Modul Zeitmanagement	136
4.3.3.2.	Modul Lernen und Prüfungsvorbereitung	138
4.3.3.3.	Modul Stressbewältigung und Ressourcenmanagement	141
4.3.3.4.	Modul Wissenschaftliches Arbeiten	143
4.3.4.	Zusammenfassung zur Strukturierung des Coachings	149
4.4.	Fazit: Die Universität als Ort für nachhaltigen Kompetenzerwerb	150

Kapitel 5 **155**

5.	Methoden	156
5.1.	Evaluationsdesign	156
5.2.	Datenerhebung	157
5.3.	Datenaufbereitung	158
5.4.	Beschreibung der Stichprobe	162
5.4.1.	Rücklauf	162
5.4.2.	Demographische Daten	162

5.5.	Erhebungsinstrumente	166
5.5.1.	Proaktive Persönlichkeit	167
5.5.1.1.	Allgemeines	167
5.5.1.2.	Skalenüberprüfung der Proactive Personality Scale (dt.)	168
5.5.2.	Selbstmanagement	171
5.5.2.1.	Allgemeines	171
5.5.2.2.	Skalenüberprüfung des Revised Self-Leadership Questionnaire (dt.)	172
5.5.3.	Selbstaufmerksamkeit	174
5.5.3.1.	Übersicht über selbstreferentielle Konstrukte	175
5.5.3.2.	Fazit: Die Operationalisierung von Selbstreflexion	185
5.5.3.3.	Allgemeines zum Fragebogen zur dispositionellen Aufmerksamkeit, SAM	186
5.5.3.4.	Skalenüberprüfung des Fragebogens zur dispositionellen Aufmerksamkeit	188
5.5.4.	Kompetenz- und Kontrollüberzeugung	191
5.5.4.1.	Allgemeines	191
5.5.4.2.	Skalenüberprüfung des Fragebogen zur Kontroll- und Kompetenzüberzeugung	193
5.5.5.	Stressverarbeitung	195
5.5.5.1.	Allgemeines	195
5.5.5.2.	Skalenüberprüfung des Stressverarbeitungsfragebogens, SVF	197
5.5.6.	Beanspruchung	200
5.5.7.	Andere Fragebogeninhalte	201
5.5.8.	Instrumente in der Übersicht	202
Kapitel 6	205
6.	Ergebnisse	206
Fragestellung 1:		
Pretreatment-Variablen von Coachingklienten und		
Veränderungen durch Coaching.....		206
6.1.	Pretreatment-Variablen im Coaching	207
6.1.1.	Signifikante Dispositionsunterschiede zwischen Klienten und Nicht-Klienten	208
6.2.	Dispositionelle und behaviorale Veränderungen durch Coaching	211
6.2.1.	Mehrfaktorielle Varianzanalyse mit Messwiederholung für Proaktivität	211
6.2.2.	Mehrfaktorielle Varianzanalyse mit Messwiederholung für Selbstmanagement	213
6.2.3.	Mehrfaktorielle Varianzanalyse mit Messwiederholung für Selbstaufmerksamkeit	216

6.2.4.	Mehrfaktorielle Varianzanalyse mit Messwiederholung für Kompetenzüberzeugung und das Selbstkonzept eigener Fähigkeiten	217
6.2.5.	Mehrfaktorielle Varianzanalyse mit Messwiederholung für Stressverarbeitung	218
6.3.	Diskussion	220

Fragestellung 2:

Einflussfaktoren auf die Veränderungen durch

Coaching und ihre Wechselwirkungen

6.4.	Identifikation von Wechselwirkungen zwischen Klienteneigenschaften.....	225
6.4.1.	Messmodelle.....	226
6.4.2.	Der Einfluss von Proaktivität als Prädiktor für Veränderungen.....	228
6.4.3.	Der Einfluss von Selbstmanagementstrategien als Prädiktor für Veränderungen	231
6.4.4.	Der Einfluss von Selbstaufmerksamkeit als Prädiktor für Veränderungen.....	232
6.4.5.	Der Einfluss von Selbstaufmerksamkeit als Moderator von Veränderungen	236
6.5.	Diskussion	237

Fragestellung 3:

Beanspruchungsreduktion und Veränderung der Stressverarbeitung

durch Coaching

6.6.	Reduktion von Beanspruchung und Veränderungen im Stressmanagement.....	242
6.6.1.	Messmodelle.....	244
6.6.2.	Der Einfluss von Klienteneigenschaften auf Beanspruchungsreduktion	245
6.6.3.	Der Einfluss von Klienteneigenschaften auf die Stressverarbeitung	249
6.7.	Diskussion	254

Kapitel 7

7.	Zusammenfassende Diskussion.....	260
7.1.	Befunde in der Übersicht.....	260
7.1.1.	Pretreatment-Variablen von Coachingklienten und Veränderungen durch Coaching	261
7.1.2.	Einflussfaktoren auf die Veränderungen durch Coaching und ihre Wechselwirkungen	263
7.1.3.	Belastungsreduktion und Förderung positiver Stressverarbeitungsstrategien.....	265
7.2.	Theoretische Implikationen	267
7.3.	Praktische Implikationen	274
7.3.1.	Förderung des Selbstwirksamkeitserleben im Coaching.....	276
7.3.2.	Förderung der Zielsetzungsfähigkeiten im Coaching	279
7.3.3.	Förderung selbstreflexiver Prozesse im Coaching	281

7.4.	Grenzen und Ausblick	283
7.4.1.	Grenzen der Untersuchung	283
7.4.2.	Ausblick und Empfehlungen für die Fortführung der Forschung	287
Literatur	291
Anhang	325