

Torsten Nicolaisen

Einführung in das systemische Lerncoaching

2017

Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats des Carl-Auer Verlags:

Prof. Dr. Rolf Arnold (Kaiserslautern)	Prof. Dr. Wolf Ritscher (Esslingen)
Prof. Dr. Dirk Baecker (Witten/Herdecke)	Dr. Wilhelm Rotthaus (Bergheim bei Köln)
Prof. Dr. Ulrich Clement (Heidelberg)	Prof. Dr. Arist von Schlippe (Witten/Herdecke)
Prof. Dr. Jörg Fengler (Köln)	Dr. Gunther Schmidt (Heidelberg)
Dr. Barbara Heitger (Wien)	Prof. Dr. Siegfried J. Schmidt (Münster)
Prof. Dr. Johannes Herwig-Lempp (Merseburg)	Jakob R. Schneider (München)
Prof. Dr. Bruno Hildenbrand (Jena)	Prof. Dr. Jochen Schweitzer (Heidelberg)
Prof. Dr. Karl L. Holtz (Heidelberg)	Prof. Dr. Fritz B. Simon (Berlin)
Prof. Dr. Heiko Kleve (Witten/Herdecke)	Dr. Therese Steiner (Embrach)
Dr. Roswita Königswieser (Wien)	Prof. Dr. Dr. Helm Stierlin (Heidelberg)
Prof. Dr. Jürgen Kriz (Osnabrück)	Karsten Trebesch (Berlin)
Prof. Dr. Friedebert Kröger (Heidelberg)	Bernhard Trenkle (Rottweil)
Tom Levold (Köln)	Prof. Dr. Sigrid Tschöpe-Scheffler (Köln)
Dr. Kurt Ludewig (Münster)	Prof. Dr. Reinhard Voß (Koblenz)
Dr. Burkhard Peter (München)	Dr. Gunthard Weber (Wiesloch)
Prof. Dr. Bernhard Pörksen (Tübingen)	Prof. Dr. Rudolf Wimmer (Wien)
Prof. Dr. Kersten Reich (Köln)	Prof. Dr. Michael Wirsching (Freiburg)

Reihengestaltung: Uwe Göbel
Umschlag: Heiner Eiermann
Satz: Verlagsservice Hegele, Heiligkreuzsteinach
Printed in the Czech Republic
Druck und Bindung: FINIDR, s.r.o.



Erste Auflage, 2017
ISBN 978-3-8497-0196-3 (Printausgabe)
ISBN 978-3-8497-8097-5 (ePUB)
ISBN 978-3-8497-8084-5 (PDF)
© 2017 Carl-Auer-Systeme Verlag
und Verlagsbuchhandlung GmbH, Heidelberg
Alle Rechte vorbehalten

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren
und zum Verlag finden Sie unter: www.carl-auer.de.

Wenn Sie Interesse an unseren monatlichen Nachrichten
aus der Vangerowstraße haben, abonnieren Sie den Newsletter
unter <http://www.carl-auer.de/newsletter>.

Carl-Auer Verlag GmbH
Vangerowstraße 14 • 69115 Heidelberg
Tel. +49 6221 6438-0 • Fax +49 6221 6438-22
info@carl-auer.de

- 1 Einleitung ... 9**
- 2 Zum Begriffsfeld »Coaching – Systemik – Lernen« ... 17**
 - 2.1 Coaching ... 17
 - Arbeitsweise beim Coaching ... 18*
 - Professionalisierung von Coaching ... 18*
 - Erste Annäherung an den Begriff »Lerncoaching« ... 19*
 - Lerncoaching oder Schülercoaching? ... 21*
 - 2.2 Systemik ... 21
 - Begriffe systemischen Denkens ... 22*
 - Personzentrierte Systemik ... 27*
 - Konstruktivistische Perspektiven ... 28*
 - 2.3 Lernen aus systemisch-konstruktivistischer Sicht ... 31
 - Wandel der Lernkulturen ... 32*
 - 2.4 Systemisches Lerncoaching – eine definitorische Annäherung ... 32
- 3 Selbstkompetenz des Lerncoachs ... 35**
 - 3.1 Selbstbeziehung entwickeln ... 36
 - Kontakt zum Selbst herstellen ... 38*
 - Bedürfnisse anerkennen ... 39*
 - Sich selbst wertschätzen ... 39*
 - Innere Vielheit entdecken ... 40*
 - 3.2 Nähe-Distanz-Regulation aufbauen ... 41
 - Das Helfersyndrom – freundlicher Unterstützer oder heimlicher Saboteur? ... 41*
 - 3.3 Konstruktiven Umgang mit Emotionen entwickeln ... 43
 - 3.4 Persönliche Haltung als wirksam erkennen ... 44
 - Exkurs Lehrergesundheit ... 46*

- 4 Art und Weise der Kommunikation ... 48**
 - 4.1 Kommunikationsschleifen gestalten ... 48
 - Achtsames Kommunizieren ... 49*
 - Embodied communication ... 50*
 - 4.2 Rolle und Erwartungen klären ... 52
 - 4.3 Gespräche strukturieren ... 53
 - Phase 1: Thema erfassen, Fokus festlegen ... 55*
 - Phase 2: Ziel erarbeiten und formulieren ... 55*
 - Phase 3: Ressourcen entdecken, Lösungsschritte erarbeiten ... 56*
 - Der Coachingprozess als Abfolge mehrerer Sitzungen ... 56*
 - 4.4 Gesprächsbausteine anwenden ... 57
 - Aktives Zuhören ... 57*
 - Zusammenfassen und Spiegeln ... 58*
 - Pausen zulassen ... 58*
 - Nonverbal kommunizieren ... 59*
 - 4.5 Auf die Eigensprache eingehen ... 60
 - 4.6 Wertschätzung und Neugier aufbringen ... 61
 - Sprachsensibilität statt Zuschreibungen ... 62*

- 5 Lernprozesse begleiten ... 64**
 - 5.1 Entdecken von Details im subjektiven Erleben ... 64
 - Willentliches und unwillkürliches Erleben ... 66*
 - Subjektive Bedeutungen ... 66*
 - 5.2 Motivation fördern ... 68
 - Bedürfnisse einbeziehen ... 70*
 - Motive klären ... 70*
 - Ziele formulieren ... 70*
 - Handlung vorbereiten ... 72*
 - Handlungsschritte ressourcenfokussierend aufarbeiten ... 72*
 - 5.3 Emotionen einbeziehen ... 72
 - Affektlogik – Emotion und Kognition ... 73*
 - Umgang mit Emotionen ... 75*
 - Arbeit mit Emotionen: Embodiment ... 75*
 - Arbeit mit Emotionen: Imagination ... 77*
 - Arbeit mit Emotionen: Metaphern ... 78*

	<i>Selbstwirksamkeit durch Beeinflussen des emotionalen Erlebens ...</i>	79
5.4	Auf Ressourcen fokussieren ...	82
	<i>Aufmerksamkeitsfokussierung ...</i>	83
	<i>Drei Schritte in der Ressourcenarbeit ...</i>	84
	<i>Ressourcenorientierte Lernkultur ...</i>	86
5.5	Lernstrategien erarbeiten ...	86
	<i>Lernstrategiekategorien und ihre Unterkategorien ...</i>	88
	<i>Metaposition: Sich zum eigenen Lernen in Beziehung setzen ...</i>	91
	<i>Lernstrategien im Kontext von willentlichen und unwillkürlichen Prozessen ...</i>	92
5.6	Selbst reguliertes Lernen unterstützen ...	93
	<i>Selbst reguliertes Lernen ...</i>	95
	<i>Kommunikation über selbst reguliertes Lernen ...</i>	96
5.7	Unterschiede bilden ...	97
	<i>Schrittfolge zur Arbeit mit Unterschiedsbildung ...</i>	98
5.8	Lösungslosigkeit nutzen ...	100
	<i>Gewahrwerden der Verstehensgrenze ...</i>	101
	<i>Von der Ratschlagskultur verabschieden ...</i>	101
	<i>Instruktion als mechanistische Illusion ...</i>	102
6	Der Blick auf Kontexte ...	104
6.1	Kontextsensibilität ...	104
6.2	Lerncoaching als Beratungssystem ...	105
	<i>Kybernetik zweiter Ordnung ...</i>	106
6.3	Individuelle Ebene ...	107
	<i>Übergänge im Identitätserleben ...</i>	107
6.4	Das unmittelbare soziale Umfeld ...	109
	<i>Elterngespräche ...</i>	109
6.5	Organisationale Ebene ...	110
	<i>Umsetzung von Lerncoaching ...</i>	111
6.6	Gesellschaftliche Ebene ...	112
	<i>Übergänge im Lebenslauf ...</i>	112
	<i>Lehrerausbildung ...</i>	114
	Literatur ...	116
	Über den Autor ...	127