5. Rezensionen von Coaching-Büchern

Die von uns geführte Gesamtliste der Coaching-Literatur umfasst inzwischen 1.714 Einträge und 308 Rezensionen von Coaching-Büchern. Folgend finden sich die neuesten Rezensionen.

Bärtschi, Urs R. (2014)
Ich bin mein eigener Coach. Wie Sie innere Gegensätze in Autonomie verwandeln.
Wiesbaden: Springer Gabler.
ISBN: 978-3-658-02965-4
132 S.; 19,99 €

Bei Amazon bestellen:
http://www.amazon.de/exec/obidos/ASIN/365802965X/cr

Rezension von Anne Haker
Urs Bärtschi ist als Coach und seit über zehn Jahren als Ausbilder für Coaches in seinem eigenen Unternehmen „Coachingplus“ tätig. Gemeinsam mit seiner Frau Ruth Bärtschi entwickelte er das Testverfahren „Grundrichtungen der Persönlichkeit GPI®“ und bietet hierfür seit 2013 eine eigene Ausbildung zum GPI® Coach an.

In seinem Buch gibt Bärtschi in 17 kurzen Kapiteln einen Überblick zum Testverfahren GPI®. Anhand von vier idealtypischen Beispielfiguren – Susi Geschäftig, Alex Konsequent, Stefan Gemütlich und Gabriela Freundlich – stellt er die vier Grundrichtungen dar und zeigt anschaulich Sonnen- und Schattenseiten der jeweiligen Ausprägung. Im zweiten Teil des Buches zeigt er für alle vier Typen Entwicklungsperspektiven auf und geht zum Schluss noch auf individuelle Kombinationen der vier Grundrichtungen ein.

GPI® nimmt Bezug auf die Individualpsychologie von Alfred Adler und geht davon aus, dass die individuelle Ausprägung der vier Grundrichtungen ein Ergebnis frühkindlicher Erfahrung ist. Das auf dieser Erfahrung basierende Lebensskript bestimmt demnach in vielen Bereichen unbewusst unser Leben. Ziel des Testverfahrens GPI® ist die Bewusstmachung dieses vornehmlich unbewusst wirkenden „roten Fadens“. So entsteht die Möglichkeit, darüber zu reflektieren und ggf. gezielt Veränderungen vorzunehmen.

Die Kapitel beginnen mit einem Praxisbeispiel aus einem (fiktiven) Coaching-Gespräch mit einer der vier Beispielfiguren. Bärtschi greift das darin vorgebrachte Coaching-Anliegen und einige typische Verhaltensbeschreibungen anschließend erklärend auf. Er stellt für alle vier Typen dar, wie sie sich im Berufsumfeld und in ihren sozialen Beziehungen verhalten. Die Kapitel enden jeweils mit einer Tabelle typischer Merkmale der Grundrichtung. Hierbei unterscheidet Bärtschi zwischen einem „ermutigten“ und einem „entmutigten“ Zustand. So sind z.B. „Geschäftige“ im ermutigten Zustand in der Regel aktiv, ausdauernd und ehrgeizig, während sie entmutigt als schlechte Verlierer auftreten und sich überverantwortlich zeigen können (vgl. S. 20).

Eine grundsätzlich wertschätzende Haltung gegenüber den so unterschiedlichen Eigenschaften und Zielsetzungen, die Menschen mitbringen können, zieht sich durch das gesamte Buch. Alle vier Typen werden gleichwertig betrachtet und wohlwollend mit ihren Chancen und Gefahren dargestellt.

Die vier Typen sind intuitiv nachvollziehbar und die meisten Leser werden sich oder Bekannte mit Sicherheit in der einen oder anderen Beschreibung wiedererkennen. Da die Einteilung in die vier Grundrichtungen eine starke Vereinfachung darstellt und die jeweiligen Eigenschaften recht allgemein gehalten sind, ist dies jedoch nicht erstaunlich. Das Buch bietet einen schnellen Überblick und kann dem Leser Ideen und Gedankenanstöße zur Auseinandersetzung mit dem eigenen „roten Faden“ geben. Sein eigener Coach wird er dadurch aber bestimmt nicht.

Fazit: Eine heiter-leichte Einführung in die vier „Grundrichtungen der Persönlichkeit GPI“, die besonders für Coaching-Laien einen guten Einstieg in die Arbeit mit Persönlichkeitsmodellen und -tests bietet.

Anne Haker
http://www.anne-haker-life-coaching.de
anne.haker@googlemail.com