

**Röthinger, C. (2022) „Flow-Teamcoaching einer Volleyball-Damenmannschaft mit Applied Kinesiology; Flow Team Coaching of a Women’s Volleyball Team with Applied Kinesiology“. JPAK Journal of Professional Applied Kinesiology 2022 Vol. 10 Issue 1 Pages 10-23**

**Abstract**

Als neue Trainerin angeheuert, begegnete die Autorin im Frühjahr 2017 einer äußerst niedergeschlagenen Volleyball-Damenmannschaft. Das Team war in der vorangegangenen Saison abgestiegen. Noch immer im „Tal der Tränen“ waren unausgesprochene Selbst- und Fremdvorwürfe, Hoffnungslosigkeit und verlorenes Selbstwertgefühl wahrnehmbar. Unglückliche Trainerwechsel trugen ebenfalls nicht zur Stabilisierung des Teams bei. Der Bedarf für Coaching und Maßnahmen zum Teambuilding war offensichtlich. Mit einem abgestuften Konzept wurde die Herausforderung angegangen. Folgende Ziele waren handlungsbestimmend: Diagnose von Dysfunktionalitäten mittels AK-Muskeltests, Verbesserung von Resilienz, Motivation und Gemeinschaftsgefühl durch Einsatz verschiedener Interventionstechniken. So wurden beispielsweise bestehende Dysreaktionen verwendet, um potenziell hilfreiche Interventionen aus dem AK-Instrumentarium zu bestimmen. Um die Kraft des Teams besser zu nutzen, wurden verschiedene Techniken teilweise im geschlossenen Kreis durchgeführt.;

Hired as a new coach, the author encountered an extremely dejected women’s volleyball team in the spring of 2017. The team had been relegated the previous season. Still in the „valley of tears,“ unspoken self- and other-blame, hopelessness, and lost self-esteem were perceptible. Unfortunate coaching changes also did nothing to stabilize the team. The need for coaching and team-building measures was obvious. The challenge was addressed with a graduated concept. The following goals were actionable: diagnosing dysfunctionality using AK muscle testing, improving resilience, motivation, and sense of community through the use of various intervention techniques. For example, existing dysreactions were used to determine potentially helpful interventions from the AK toolkit. To better harness the power of the team, various techniques were partially conducted in a closed loop setting.

**Volltextbestellung**

**Klicken Sie auf den Adress-Link [PAK@daegak.de](mailto:PAK@daegak.de) untenstehenden Bestelltext bitte in die Mail hineinkopieren, besten Dank**

.....  
Bitte senden Sie mir den Artikel

**Röthinger, C. (2022) „Flow-Teamcoaching einer Volleyball-Damenmannschaft mit Applied Kinesiology; Flow Team Coaching of a Women’s Volleyball Team with Applied Kinesiology“. JPAK Journal of Professional Applied Kinesiology 2022 Vol. 10 Issue 1 Pages 10-23**

als pdf.-Datei

- kostenlos (Mitglieder der DÄGAK; ICAK-CH) bzw.
- gegen Vorkasse von 5,00 € auf das Konto der DÄGAK  
IBAN DE32 3006 0601 0004 3607 02 (Dt. Apotheker und Ärztebank München)

Ihre Mail-Signatur (Besteller-Name):