

Wissenschaftlichen Grundlagen des RAUEN Analyzer®

Sechs wissenschaftliche Perspektiven – ein diagnostisches Gesamtbild

Kein statisches Persönlichkeitsmodell, sondern ein mehrdimensionales, wissenschaftlich fundiertes Instrument für Coaching und Diagnostik.





1  **Regulationsfokustheorie**


 Vertreter:innen	Edward T. Higgins
 Wissenschaftlicher Kern	Unterscheidet zwei motivationale Ausrichtungen: Promotionsfokus strebt Wachstum, Erfolg und Chancen an; Präventionsfokus zielt auf Sicherheit, Vermeidung und Fehlervermeidung.
 Zentrale Begriffe	Promotionsfokus • Präventionsfokus • Wachstum • Sicherheit
 Bedeutung für RAUEN Analyzer / Coaching	Zeigt, ob Menschen eher chancen- und entwicklungsorientiert oder sicherheits- und vermeidungsorientiert handeln.





2  **Selbstbestimmungstheorie**

 Vertreter:innen	Richard M. Ryan, Edward L. Deci
 Wissenschaftlicher Kern	Motivation und Wohlbefinden entstehen, wenn drei psychologische Grundbedürfnisse erfüllt sind: Autonomie, Kompetenz und soziale Eingebundenheit.
 Zentrale Begriffe	Autonomie • Kompetenz • soziale Eingebundenheit
 Bedeutung für RAUEN Analyzer / Coaching	Macht sichtbar, unter welchen Bedingungen Menschen motiviert, selbstbestimmt und leistungsfähig handeln.

3  **Kontrollüberzeugung & Attributionstheorien**


 Vertreter:innen	Julian R. Rotter, Martin Seligman
 Wissenschaftlicher Kern	Beschreibt, ob Menschen Ereignisse eher dem eigenen Handeln oder äußeren Umständen zuschreiben und wie sie Erfolge sowie Misserfolge erklären.
 Zentrale Begriffe	internal / external • stabil / variabel • generell / spezifisch
 Bedeutung für RAUEN Analyzer / Coaching	Hilft zu erfassen, ob sich Menschen eher als wirksam oder ausgeliefert erleben.





4  **Selbstwirksamkeitserwartung**

 Vertreter:innen	Albert Bandura
 Wissenschaftlicher Kern	Beschreibt die Überzeugung, aufgrund eigener Kompetenzen Herausforderungen zu bewältigen, schwierige Bedingungen erreichen zu können.
 Zentrale Begriffe	Selbstwirksamkeit • Zuversicht • Ausdauer • Handlungsbereitschaft
 Bedeutung für RAUEN Analyzer / Coaching	Erklärt, wie stark Menschen an ihre eigene Gestaltungskraft glauben und Herausforderungen angehen.

5  **Stresstheorie**

 Vertreter:innen	Hans Selye, Friedman & Rosenman
 Wissenschaftlicher Kern	Stress aktiviert Anpassungsreaktionen. Kurzfristig kann er Leistung mobilisieren, chronisch jedoch Belastung und gesundheitliche Schäden verstärken; Erholung ist zentral.
 Zentrale Begriffe	Stressor • Anpassung • Erholung • chronischer Stress • Typ-A-Verhalten
 Bedeutung für RAUEN Analyzer / Coaching	Unterstützt die Analyse von Belastungsmustern, Stressreaktionen, Erholungsfähigkeit und gesundheitsrelevantem Verhalten.

6  **Transaktionales Stressmodell**

 Vertreter:innen	Richard Lazarus, Susan Folkman
 Wissenschaftlicher Kern	Stress entsteht aus der subjektiven Bewertung einer Situation und der wahrgenommenen Bewältigungsmöglichkeiten in der Wechselwirkung von Person und Umwelt.
 Zentrale Begriffe	Bewertung • Stressor • Stressreaktion • Bewältigung • Person • Umwelt
 Bedeutung für RAUEN Analyzer / Coaching	Zeigt, dass Stress individuell erlebt wird und von Interpretation, Einschätzung und Coping abhängt.

Was daraus für Coaching und Diagnostik sichtbar wird



Einstellungen



Selbststeuerung



Kontrollüberzeugungen



Selbstwirksamkeit



Stressverarbeitung



Handlungsfähigkeit



Der RAUEN Analyzer verbindet Einstellungen, Selbststeuerung, Kontrollüberzeugungen, Selbstwirksamkeit und Stressverarbeitung zu einem fundierten diagnostischen Gesamtbild.