

Weiterbildung zum Coach nach den Standards der DGfC

Coaching mit System, multimodal, integral

„Co-Tsching ist eine alte chinesische Methode, jemanden dazu zu bringen, das für ihn Richtige zu tun.“

Heutige Arbeits- und Lebenswelten sind bestimmt von Komplexität, Veränderungen, Unsicherheiten, Widersprüchen und stetig neuen Anforderungen und Herausforderungen.

In einer Zeit unvermeidlichen Wandels in fast allen Lebensbereichen ist eine Hauptfunktion von Coaching die Begleitung bei der Veränderung von professionellen Systemen, bei der Anpassung an veränderte Kontextbedingungen, beim Umgang mit Innovationen, neuen Zielsetzungen und Anforderungen. Eine Hauptfunktion von Coaching ist die Begleitung und Unterstützung von Menschen mit diesen Themen im beruflichen und persönlichen Kontext. Es trägt dazu bei, das eigene Potential zu erkennen, zu entfalten und beruflich wie privat erfolgreich zur Geltung zu bringen, mit sinngebenden Zielen und flankiert von klaren Werten. Coaching zielt auf den Erhalt und die Förderung von Selbst-, Sozial- und Systemkompetenz.

Dabei geht es immer auch um die Stärkung, Wiederbelebung und Erweiterung der Selbstentfaltungskräfte, der vorhandenen Ressourcen, Potentiale und Handlungsmöglichkeiten. Coaching trägt in schwierigen Situationen zur Reflexion, Stabilisierung und Bewältigung bei. Coaching hat eine präventive Wartungs-, Pflege- und Wachstumsfunktion für Einzelpersonen, Teams, Projekte, Organisationen, Unternehmen und ihre Mitglieder. Es ist eine professionelle, flexible und nachhaltige Begleitung, Reflexion und Unterstützung im beruflichen (und persönlichen) Alltag durch eine qualifizierte und erfahrene Fachkraft (Coach:in). Coaching hilft nachhaltige Lern- und Wachstumsprozesse zu implementieren, um defensive Routinen und eingefahrene Muster zu lösen und zu verändern.

Coaching als professionelle Beratungsleistung unterstützt Fach- und Führungskräfte, Teams, Gruppen und Projekte und kommt berufsfeldübergreifend zum Einsatz, z.B. im Wirtschafts-, Dienstleistungs-, Sozial-, Bildungs- oder Pflegebereich.

Ziele und Nutzen:

Ziel der Weiterbildung ist, die Teilnehmenden zur Durchführung von Einzel-, Projekt- und Teamcoachings zu befähigen (nach den Standards und Ethikrichtlinien der DGfC) durch die Entwicklung von persönlichen, konzeptionellen, kommunikativen, methodischen und prozessgestaltenden Kompetenzen sowie eine professionelle Haltung als Coach.

Die Weiterbildung gibt einen Rahmen für eine Reise zur persönlichen und professionellen Entwicklung. Selbsterfahrung, -erkenntnis, -reflexion, -studium, 'learning by doing' sowie gemeinsames Lernen sind hierfür wichtige Elemente.

Wir arbeiten mit einem systemisch-integralen-multimodalen Ansatz unter Einbeziehung klassischer Moderations- und Visualisierungsmethoden sowie analog-kreativer Methoden, der Einbeziehung von Natur, szenischer und Psychodrama-Elementen sowie aus dem Neurocoaching.

In dieser Weiterbildung erhalten Sie neben theoretischen und diagnostischen Kompetenzen auch praktisches und methodisches Handwerkzeug für Coachingprozesse. Sie entwickeln Ihr eigenes Coachingkonzept und einen eigenen Stil. Wir verbinden in der Weiterbildung Theorie und Praxis, wir üben Methoden und Coachingsequenzen z.B. Erstgespräche und spezifische Coachingsituationen. Wir ermöglichen Selbsterfahrung und Selbstreflexion und unterstützen Sie bei Ihrer persönlichen Entwicklung. Dabei beziehen wir Ihre Fragen, Vorkenntnisse und individuellen Bedarfe mit ein.

- Zielgruppe:** Führungs- und Beratungsfachkräfte, Projektleiter, Personalverantwortliche, Mitarbeiter, (zukünftige) interne und freiberufliche Coaches aus verschiedenen beruflichen Kontexten
- Abschluss:** Die Weiterbildung schließt mit einer Abschlussarbeit/Coaching-Konzept und einer Präsentation im Abschlusskolloquium ab. Die Teilnehmer:innen erhalten bei erfolgreicher Teilnahme ein Zertifikat von firm Training & Seminare und der Deutschen Gesellschaft für Coaching e.V. (DGfC).
- „Die Weiterbildung ist zertifiziert nach den Standards der Deutschen Gesellschaft für Coaching e.V. (DGfC). Nach erfolgreichem Abschluss der Weiterbildung erhalten die Teilnehmenden durch eine Mitgliedschaft in der DGfC die Berechtigung, die Bezeichnung „Coach DGfC“ zu führen.
- Voraussetzungen:**
- abgeschlossenes Studium oder abgeschlossene Berufsausbildung
 - mindestens 3-jährige Berufserfahrung in den Feldern Beratung, Leitung oder Bildung (der Umfang dieser Tätigkeit muss mindestens dem einer Viertelstelle entsprechen; langjährige Erfahrung mit geringerem Stellenanteil im gleichen Gesamtumfang kann anerkannt werden)
 - soziale Kompetenz und die Bereitschaft zur Selbstreflexion
 - Mindestalter: 28 Jahre
 - Erfahrungen als Coachee sind wünschenswert
- Trainer:** Torsten Sandau, Diplom-Psychologe, Master-/Lehr-Coach DGfC, (Lehr-) Supervisor, Trainer, Psychodramaausbilder
- Katrin Günhe, Diplom-Psychologin, Trainerin, Neurocoach, Geschäftsführende Gesellschafterin firm-leipzig
- Gruppengröße:** Mindestteilnehmerzahl 8, maximale Teilnehmerzahl 16
- Umfang:**
- 13 zweitägige Module mit insgesamt 208 Unterrichtseinheiten (UE) à 45 Minuten
 - im Zeitraum von mindestens 18 Monaten
 - mind. 90% Teilnahme an Präsenzzeiten
 - kollegiale Lerngruppen: insgesamt 48 UE
 - Lehrcoaching: 10 Einheiten à 90 Minuten (externer Lehrcoach)
 - Eigene Coachingpraxis: 15 Coaching-Einheiten zu je 90 Minuten
 - Coaching-Konzept (10-15 Seiten)
 - Abschlusspräsentation (Kolloquium)
- Kosten:** 6.500 € inklusive Potenzialanalyse mit individueller Auswertung, Arbeitsmaterialien, Methodenkoffer, Pausenversorgung und Outdoormodul zzgl. Lehrcoaching Kosten (ca. 1.500€).
- Die Kosten für das Lehrcoaching sind direkt mit dem oder der Lehrcoach:in zu vereinbaren.*
- Die Coachingweiterbildung und das Lehrcoaching sind von der Mehrwertsteuer befreit.**

Ort: Die Weiterbildung findet in den Räumen von *firm* in Leipzig-Plagwitz statt.
(Weißenfelser Straße 67, 04229 Leipzig, 1.Etage, Parkhaus direkt nebenan)

Kurstermine & -inhalte:

vor Start: Anmeldebogen, Arbeitsblatt zu Erwartungen & Erfahrungen, Potenzialanalyse (Power-Potenzial-Profil) im Vorfeld ausfüllen

28./29.11.2023

Modul 1: Grundlagen des Coachings und integrale Potentialentfaltung

Orientierung/Gruppenbildung/Philosophie/Ethik/Werte/Formen/Rahmen

- Orientierung zur Weiterbildung: Inhalte, Anforderungen, Lernorte, Spielregeln, Arbeitsweise, Rahmenbedingungen
- Gruppenbildung, Kennenlernen der Leitung und Teilnehmer
- Was ist Coaching?, Herkunft und Kernphilosophie
- Rollen, Haltungen, Werte, Ethik im Coaching
- Anlässe, Themen und Anwendungsfelder für Coaching
- Coachingformen, -phasen, -prozess, Rahmenbedingungen
- Formate und Verfahren
- Hilfreiche Elemente zur Beziehungsgestaltung

10./11.01.2024

Modul 2: Fortsetzung Grundlagen & Einführung Systemischer Ansatz

Erstgespräch/Auftragsklärung/Ziele/Kompetenzen/Systemischer Ansatz

- Vertiefung Erstgespräch, Auftragsklärung und Kontrakt
- Zielbildung: Zielkriterien - SMART(Ö), Kraftfeldanalyse, Visionsbildung
- Coaching-Kompetenzen: Kompetenzrad, Anforderungen an Coach
- Vom Gehirnbesitzer zum Gehirnbenutzer
- Systemischer Ansatz, Haltungen, Leitsätze, Fragetechniken & Methoden (z.B. Ressourcogramm, Systembrett)
- Einführung und Anforderungen eigener Coachingfall und Coachingkonzept

07./08.02.2024

Modul 3: Fortsetzung Systemisches Coaching/Ansatz & Methoden

Rollen/Gesprächsregeln/Sinne/Feedback/Wirkung/Körpersprache/Zuhören

- Einbeziehung verschiedener Sinnesqualitäten (VAKOG)
- bewusster Umgang mit wechselnden Rollen (Rituale, Anker, Requisiten)
- Coaching-Gesprächsregeln, Fragearten und Fragetechniken
- Johari-Fenster, Selbstreflexion und Wirkung
- Feedbackformen und -regeln, Grundlagen gewaltfreier Kommunikation
- (Non)verbale Kommunikation, Körpersprache und Formen des Zuhören

06./07.03.2024

Modul 4: Zugänge im Coaching & Analyse, Intervention und Evaluation

Zugänge/Bedürfnisse/Gefühle/Sprache/Prozess-Orientierungs-Modell

- Elemente und Zugänge im Coaching
- Bedürfnisse: Bedürfnispyramide, Limbic-Map
- Bedeutung und Einbeziehung von Gefühlen und Stimmungen im Coaching
- Sprache: Bedeutung von Sprache, Schlüsselworte, -sätze
- Prozess-Orientierungs-Modell (mit Wahrnehmung, Hypothesenbildung, Intervention, Evaluation...)
- Interventions und Evaluations-Möglichkeiten

10./11.04.2024

Modul 5: Persönlichkeit & Wirksamkeit des Coaches

Persönlichkeitsunterschiede/Motive/Werte/Glaubenssätze/Antreiber

- Persönlichkeitspsychologie (Motive/Werte/Persönlichkeit)
- Selbstreflexion und persönliches Wachstum, Selbstwirksamkeit und -regulation
- Einführung zu Persönlichkeits- und Motivinventaren: ID37, Power-Potential-Profile etc. (je Teilnehmer ein Inventar zur persönlichen Analyse)
- Werte: Bedeutung, Wertequadrat, Wertehierarchie
- Erkennen und Arbeit mit inneren Glaubenssätzen und Skripten
- innere Antreiber, Selbsttest „Antreiber“

15./16.05.2024

Modul 6: Lernen/Wachstum & Integrale Ansätze und Coachingmethoden

Komfortzonenmodell/Metaphern/Säulen der Identität/Entscheidungsfindung

- Wie findet Lernen, Wachstum statt? (Komfortzonen- /Entwicklungsmodell, Schöpfungskreislauf...)
- Integrale Ansätze: Säulen der Identität, Lebensrad, soziales Netz
- Inneres Team
- Arbeit mit Bildern, Metaphern, kreativen Methoden
- Methoden zur Entscheidungsfindung, z.B. Tetralemma, Timeline, Stühle der Ambivalenzen

12./13.06.2024

Modul 7: Bergfest und Vertiefung Integrale Ansätze

Integrale Lebenspraxis/Raketenmodell/gutes Gedeihen/Flow/Vision

- Integrale Lebenspraxis: Körper-Geist-Seele-Schatten - Fortsetzung Raketen-Modell mit:
 - Vision, Mission, Zielen
 - Kompetenzen, Gaben, Flow-Kanal
 - Bedürfnissen, Motivatoren, Werte, Glaubenssätze
 - Entwicklungsfördernder Umgebung
- Hinweise für gutes Gedeihen

07./08.08.2024

Modul 8: Outdoorcoaching

Naturräumen/Materialien/Entwicklungsimpulse/Selbsterfahrung/Landart

- Natur (und andere Orte) als besonderer Erfahrungs- und Lernort
- Einbeziehung Naturräume, -materialien, kreatives Gestalten/Landart
- Varianten, Settings, Orte und die Einbindung in Coachingprozesse
- Selbsterfahrung und wirksame Reflektionen
- Entwicklungsimpulse für Veränderungsprozesse, Krisen oder Übergänge
- Zugänge auf geistiger, emotionaler und körperlicher Ebene

04./05.09.2024

Modul 9: Teamcoaching I

Teams/Typen/Phasen/Systemhaus/Rollen/Chancen/Herausforderungen

- Unterschiede Einzelcoaching – Teamcoaching
- Chancen / Vorteile – Herausforderungen / Gefahren - Teams, Projekte, Gruppen
- Teamziele, -aufgaben, -vision
- Teamphasen und Teamrollen
- Teamtypen analysieren
- Systemhaus und Team-, Gruppenmethoden

23./24.10.2024

Modul 10: Teamcoaching II

TZI/WIR-Gefühl und Identität/Dysfunktionen/Konflikte/Virtuelle Teams

- Einführung in Gruppenmodell Themenzentrierte Interaktion (TZI)
- Identifikation, WIR-Gefühl, Team-Identität
- Chancen und Dysfunktionen eines Teams
- Team-/Gruppendynamik (er)kennen, nutzen und steuern
- Teamkonflikte verbalisieren, moderieren, coachen - Worauf achten im Teamcoaching?
- Virtuelle Teams entwickeln
- Weitere Team-, Gruppenmethoden

11./12.12.2024

Modul 11: Szenisches Arbeiten und Psychodrama

Humanistischer Ansatz/ Basistechniken/Setting/Elemente/Methoden

- Basistechniken des Szenischen Arbeiten im Coaching
- Einführung in Psychodrama als humanistischer und ganzheitlicher Ansatz
- Grundlegendes Setting und psychodramatische Elemente, Methoden für Coaching

05./06.02.2025

Modul 12: Gesundheitscoaching

Bereiche/Salutogenese/Stress/Selbstfürsorge/Resilienz/Achtsamkeit

- Was ist Gesundheit?, Bereiche: körperlich – psychisch – sozial – spirituell
- Person-Umwelt-Modell
- Salutogenese-Modell, Flow-Kanal und Anwendung im Coaching
- Stress-Modell, interne und externe Stressoren, Umgangsmöglichkeiten
- Möglichkeiten der Selbstfürsorge und Prävention
- Achtsamkeit, Resilienz, Entspannungsmöglichkeiten, Meditation, Bewegung, Schlaf, Ernährung, Stärkung Immunsystem, Selbsthypnose

06./07.05.2025

Modul 13: Abschluss-Kolloquium, Evaluation und Marketing als Coach

Evaluation/Ergebnissicherung/Nachsorge/Abschluss-Präsentation

- *Abschluss von Coachingsitzungen und -prozess*
- *Evaluation, Ergebnissicherung und Nachsorge*
- *Akquise und Marketing als Coach*
- *Abschluss-Präsentation mit Feedback (Gruppe und Leitung)*
- *Präsentation eines Coachingfalles sowie Reflexion*
- *Abschluss der Weiterbildung, feierliche Zertifikat-Übergabe & Würdigung*
- *Feedback, Zusatzmodule und Alumni (Führungskräfte-Neurocoaching)*

Die Reihenfolge der Inhalte kann variieren.

Anmeldung:

firm – Training & Seminare
Katrin Gühne
Weißenfelser Straße 67
04229 Leipzig

katrin.guehne@firm-leipzig.de
0160 9 47 47 004
0341 420 620 0
www.firm-leipzig.de