

Basislehrgang Coaching ONLINE

Erster Studienabschnitt der Gesamtausbildung

Einführung

Grundlagen der Beratung

- Definition & Merkmale
- Rahmenbedingungen
- Praktische Übungen
- Abgrenzung zur Therapie/Pädagogik/Organisationsentwicklung

Lernbegleitung und -unterstützung

- Lernen lernen
- Lernberatung, Lernbegleitung

Eigene Lernbereitschaft und Lernmöglichkeiten

- Erstellen einer Falldokumentation
- Analyse und Veränderung von Langzeitprozessen
- Fähigkeit zur Selbstreflexion
- Gestaltung einer Supervisions- und Fortbildungskultur
- Kollegiale Supervision
- Zielgerichtete Erweiterung des eigenen Modells von der Welt (eigene Wahrnehmungsfilter verändern)
- Fähigkeiten zur Herstellung des eigenen Gleichgewichts und persönliches Stressmanagement
- Emotionales Flexibilitätstraining
- Integration innerer Konflikte
- Resonanz und Dissonanz
- Persönliche Kongruenz und Authentizität
- Menschenbild und Vorgehensweise
- Reflexion und Update von Glaubenssätzen zum Thema Lernen und Veränderung
- Fähigkeitenplattform, Selbst- und Fremdmodellierung: Entwickeln, Erlernen und Anwenden neuer Strategien
- Fremd- und Selbstbild als Coach, Selbstverständnis und Rolle
- Transfer der Erfahrung auf andere Aufträge und Kontexte

Grundlagen

Vertiefende Auseinandersetzung mit dem Beratungsansatz „Coaching“

Definition der Coach-Rolle, Gestaltung der Coaching-Beziehung und Interaktive Fähigkeiten

- Herstellen einer das Coaching unterstützenden Atmosphäre
- Meine Rolle als Coach - Rollensicherheit und Selbstdefinition
- Beziehung zum Coachee - mehr als nur eine Dienstleistung und/oder Zweierbeziehung
- Entwicklung eines eigenen Angebotsprofils
- Erstellen einer eigenen Coaching Konzeption
- Das Besondere der eigenen Coaching Konzeption
- Fähigkeit, verdeckte oder indirekte Kommunikation zielorientiert anzuwenden
- Vergeben von entwicklungsfördernden Aufgaben
- Klärung von Veränderungsanliegen und Veränderungsansatz

Die unterschiedlichen Klientenarten

- Der Klagende
- Der Hypochonder
- Der Besucher
- Der Fordernde
- Der Resignierende
- Der Suchende
- Der Strategie

Die 11 Primärfaktoren

© Babak Kaweh GmbH
Phone: +43-676-87835681
UID: ATU 56730167

A - 1140 Wien
Mail: office@bk-akademie.at
Handelsgericht Wien

Penzingerstrasse 29-31/3/2
Web: www.bk-akademie.at
FN 231371 b

- Hoffnung einflößen
- Universalität des Leidens
- Mitteilung von Informationen
- Gegenseitige Hilfe
- Systemische Einflüsse
- Entwicklung von Techniken des menschlichen Umgangs
- Nachahmendes Verhalten
- Interpersonales Lernen
- Zusammenhalt
- Gefühle zulassen
- Existenzielle Faktoren

Methodische Kompetenz und Fachwissen

- Integration der bisher bekannten Modelle in andere geeignete Coaching-Ansätze und Verfahren
- Fähigkeit, unterschiedliche Erfahrungen zu elizitieren und kontextbezogen zu strukturieren
- Trennen, Verbinden und Ergänzen derartiger Erfahrungen
- Fähigkeit, Interventionen planmäßig oder situativ, proaktiv oder reaktiv durchzuführen

Einzelcoaching

1. Die ersten Schritte

Contacting – Kontaktaufnahme

- Fortgeschrittenes Kalibrieren
- Das Ritual des Begrüßens
- Rapportunterschiede

Contracting –Kontraktmanagement: Auftragsklärung, Vereinbarungen und Verträge

- Spielregeln und Rahmenbedingungen
- Bereitschaft des Coachs
- Betrachtungen beim Auftragscoaching
- Heimliche Aufträge und systemische Verstrickungen
- Auftragsänderungen, Auftragsablehnung
- Das Erstgespräch
- Auftragsklärung
- Vertrauen schaffen, Coachingmetaphern
- Coaching und Therapie

2. Aufbau des „Roten Fadens“

Clearing – Klären (Fähigkeiten des Sprachgebrauchs)

- Zugangshinweise
- Informationen gewinnen durch Fragetechniken, sprachliche Werkzeuge, Informationserhebung
- Das Problem-Check-Modell
- Sprachliches Führen durch Prozessanweisungen, Milton-Modell, Geschichten oder Metaphern
- Nutzen unterschiedlicher Formen des Reframing oder kreativen Umdeutens
- Förderndes Feedback, Kommentare und Reflektionen
- Entwickeln geeigneter Beschreibungsformen für die Erfahrungswelt des Coachee auf unterschiedlichen
- Abstraktionsstufen und Ebenen
- Erweitern der Erfahrungswelt des Klienten durch sprachliches Ergänzen, Angleichen und Führen
- Strukturiertes Zusammenfassen der gewonnenen Informationen (Separator ...)

Chunking – Teilen und Zusammenfügen

- Meta-Ziel
- Meta-Problem

- Glaubenssätze und Vorannahmen

Concepting – Modelle bauen (Allgemeine Fähigkeiten der Prozessgestaltung)

- Zwischen Inhalt, Beziehungs- und Prozessebene unterscheiden
- Strukturierung von Phasen des Coaching-Prozesses - innerhalb einer Sitzung wie auch über den gesamten Zeitraum des Coachings
- Entwickeln und Gestalten von Ritualen für Veränderungs- und Übergangsprozesse
- Entdecken und Verändern zirkulärer Wechselwirkungen in sozialen Systemen (systemische Verstrickungen)
- Entdecken und Verändern zirkulärer Beziehungen zwischen Denken, Wahrnehmen und Handeln
- Strategische Dekonstruktion und Neukonstruktion eines unterstützenden Weltbildes
- Meta-Programm-Matrix
- Konfliktursachen elizitieren
- Vorstellung verschiedener Konfliktmodelle
- Vorstellung verschiedener Konfliktlösungsmodelle
- Konfliktbearbeitung durch mediative Verfahren
- Konfliktbearbeitung durch Einzelarbeit und innere Prozesse
- Stresslösende Verfahren (z.B.: Trance-Techniken, Autogenes Training)
- Umgang mit starken Emotionen
- Krisenintervention und Krisenmanagement
- „Energiesteuerung“ , „Betriebstemperatur“ und das Tetralogische Holon
- Informationserhebungs-Modelle
- Interventionen jenseits der Modelle
- Utilisieren des Prozesses
- Musterunterbrechung

3. Der Prozess

Changework – Veränderungen ermöglichen

- Live-Coachings vor der Kamera - Videobasierte Analysen
- Bearbeitung persönlicher Herausforderungen, Klippen, persönlicher Muster
- Weg von Inhalten – Hin zu Prozessen
- Umgang mit „Störungen“ und schwierigen Situationen
- Coachingrelevante Metaphern
- Trance-Arbeit im Coaching, verdecktes Coaching
- Vorstellen von verschiedenen Profi-Tranceformaten
- Entwickeln eines eigenen Tranceformates
- Vorannahmen
- Satir Kategorien
- Utilisieren von spontanen Reaktionen
- „Provokatives Coaching“ - Werkzeuge der provokativen Kommunikation

Controlling – Steuerung

- Umgang mit Abschied und Trennung
- Erfolgskontrolle, Erfolgssicherung
- Anschlussaufträge
- Hausaufgaben-Matrix
- Erstellen einer Überblick-Matrix für eventuelle Klienten-Hausaufgaben

Aufbaulehrgang Coaching ONLINE

Zweiter Studienabschnitt der Gesamtausbildung

Fragenarten & Fragentechniken

Allgemeines:

- Übersicht der sprachlichen Zugangshinweise
- Sleight of Mouth
- Fragestrategien
- Spezielle Gesprächsführung anhand maßgeschneiderter Fragen

Fragenarten:

- Entscheidbare Fragen oder Gegenstandsfragen
- Unentscheidbare Fragen
- Virtuelle Fragen
- Strategische Fragen
- Konkrete Fragen
- Tatsachenorientierte Fragen
- Problemorientierte Fragen
- Lösungsorientierte Fragen
- Zirkuläre Fragen

Fragentypen:

- Zielfragen / Problemfragen
- Konkretisierung / akzeptierende Wiederholung
- Ressourcenfragen
- Umdeutungsfragen
- Fragen zu Emotionen
- Fragen zur Ökologie
- Zukunftsorientierte Fragen

Prozess- und Veränderungsarbeit

- Arbeit mit Glaubenssätzen, Überzeugungen, Glaubenssystemen und Gedankenviren (Zirkul. Glaubenssätzen)
- Arbeit mit Killerphrasen
- Sinn-Entwicklung
- Delfinstrategien
- Antreiber in unserem Kopf
- Erlaubniskategorien
- Compulsion Blow Out
- Werte und Wertehierarchien
- Kriterien, Kernkriterien, Kriterienäquivalenz und Kriterienhierarchie
- Core Transformation
- Das „Problem-Molekül“
- Entdecken der Grundsache
- Motivatoren

Gruppen- und Teamcoaching

Modelle für Gruppenkonflikte

Entscheidungskriterien entwickeln, ob Arbeit in

- Einzel-Setting
- Zweier-Setting
- Gruppen und Teams oder
- Organisationskontext durchgeführt werden soll.

Die Phasen des Gruppen- oder Team-Coachings

- Vorbereitung
- Orientierung
- Goaling
- Erfassung
- Lösungsfindung
- Projektplan
- Abschluss

Moderation

- Teamprozessfördernde Techniken
- Verschiedene Moderationstechniken

Fähigkeit, Teaminterventionen planmäßig oder situativ, proaktiv oder reaktiv durchführen zu können

Erkennen und Utilisieren von offenen und verdeckten Team-Prozessen

Zielfindungsprozesse für Teams

Methoden des Verknüpfens und Integrierens von unterschiedlichen Bedürfnissen

Klärung und Förderung der optimalen Positionierung aller Beteiligten

Klärung und Förderung eines synergetischen Austauschs der Beteiligten

Strategische Planung zukunftsorientierter Team-Prozesse

Konflikt-Coaching für Teams

Einsatz des Team Management Systems (TMS) für Einzel- und Gruppencoachings

- Entdeckender Promoter Auswählender Entwickler
- Zielstrebigem Organisator Systematischer Umsetzer
- Kontrollierender Überwacher Unterstützender Stabilisator
- Informierter Berater Kreativer Innovator

Rahmenbedingungen des Coachings/der Beratung

Basis- Kompetenzen

- Professionelles Führen von Bewerbungsgesprächen
- Umgang mit Widerstand
- Selbstorganisation in Gruppen
- Clean Language
- K-Matrix nach Charles Perry

Weitere Kompetenzen

- Selbstreflexion und Selbsterfahrung
- Reflexion eigenen Handelns und Verhaltens im beruflichen Kontext
- Biografiearbeit & Finden der eigenen Mission
- Selbst- und Zeitmanagement
- SCORE
- Die 10 Kernfähigkeiten
- Erschaffung der eigenen Zukunft

Administration, Recht und Marketing:

- Coachingverträge
- Coachingfelder
- Honorarmöglichkeiten
- Positionierung und Kongruenz
- Erfolgsbereitschaft und -erlaubnis
- Verantwortung, Haftung und Rechtssicherheit

Änderungen vorbehalten!