

Gestaltorientierter Coach[®] werden bei Olesen Kommunikation: Wir entwickeln Persönlichkeiten und entfalten Potenziale

WOZU COACHING?

Menschen reagieren in schwierigen Situationen meist mit automatisierten Verhaltensweisen. Das ist auch gut so, denn wenn man jedes Mal neu überlegen müsste, was man tut, wenn ein Elch vor einem auf der Fahrbahn steht (Bremsen! Um Himmels Willen bremsen!) oder die Ampel auf Rot springt (Bremsen! Um Himmels Willen bremsen!) wären wir vollkommen überfordert.

Blöd nur, wenn man – zum Beispiel - ständig bremst, wenn etwas vor einem liegt (in diesem Falle jedoch weder Elch noch Ampel, die wir gedanklich wie geografisch bereits hinter uns gelassen haben), statt richtig Gas zu geben. Kurz – man möchte sein Verhalten ändern, weiß aber nicht so richtig, wie das gehen soll.

Hier setzt Coaching an.

Es unterstützt die Lösungsfindung und zeigt kreative Methoden auf, die das Finden neuer Denk- und Sichtweisen ermöglichen. Als Prozessexperte findet der Coach die für den Klienten passende Vorgehensweise in der Überzeugung, dass der Klient die inhaltliche Lösung selber zu finden vermag.

Coaching gewinnt in den letzten Jahren zunehmend an Bedeutung in der Persönlichkeits- und Unternehmensentwicklung. Eine einheitliche Definition von Coaching gibt es aber nicht. Nach unserem Verständnis ist Coaching die professionelle, individuelle und vertrauliche Begleitung einer oder mehrerer Personen, die auf berufliche und/oder persönliche Ziele fokussiert. Coaching ist stets prozess- und ressourcenorientiert. Es fördert und fordert die eigenverantwortliche Problemlösung des Klienten.

Und um mit einem alten Vorurteil aufzuräumen: Ein Coaching kann sich mit schweren Themen befassen und dabei leicht sein! Denn eine der größten menschlichen Problemlösungsressourcen ist Humor! Am Ende soll der Klient neue Perspektiven gefunden haben.

ÜBERBLICK

Die Ausbildung findet in einem Zeitraum von 18 Monaten an zwölf Wochenenden (Freitag bis Sonntag) und einem Selbsterfahrungsworkshop (Dienstag bis Freitag, voraussichtlich Herbstferien) statt, an den Wochenenden jeweils Freitag 14 Uhr bis Sonntag 14 Uhr (Ausnahme: Das Abschlusswochenende beginnt Freitag um 11 Uhr) und in der Workshop-Woche Dienstag 14 Uhr bis Freitag 14 Uhr.

Jedes Wochenende beschäftigt sich mit einem Themenkomplex. Die Themen und Inhalte werden in Übungen praktisch und theoretisch erarbeitet und auf unterschiedlichen Ebenen reflektiert, damit ein größtmöglicher Teilnehmernutzen sowohl für die berufliche Anwendung als auch für die persönliche Entwicklung entsteht.

Coaching-Formate und –Methoden werden in einer Anwendungsdemonstration präsentiert und anschließend von den Teilnehmern in Triaden selber und auf eigene Themen hin angewendet und reflektiert.

Die Ausbildung endet mit einer schriftlichen Abschlussarbeit der Teilnehmer über ihre berufliche und persönliche Entwicklung, ihre berufliche Zielsetzung und Vision sowie die Dokumentation zweier professionell durchgeführter Coachings außerhalb der Ausbildungs- oder Peergruppe (s.u.).

GESTALTORIENTIERTER COACH: INHALTE

WE 1 „Ich, ..., der Coach“

- Selbstverständnis, Selbstbild und Fremdbild
- berufliche Ziele und Visionen als Coach: eine erste Idee vom eigenen USP bekommen
- Die neurologischen Ebenen der Veränderung nach Robert Dilts:
Ich bin, wie ich bin, und du bist, wie du bist
- Antreiber – dem Kunden nutzen statt ihn zu benutzen
- Sorge gut für Dich: Installieren wichtiger Regeln und Ebenen für den Einzelnen, die Gruppe und für das Coaching

WE 2 Kontakt – die Haltung der Gestalttherapie im Coaching

- Die Abgrenzung von Rapport und Kontakt, Kontakt als Intervention
- Der Fokus: Hier und jetzt, Ich und Du
- Fritz Perls' Kontaktmodell: Nicht mehr desselben, sondern mehr werden als bisher
- Haltung: die tiefen Einstellungen zum Klienten, zum Prozess und zu sich selbst
- Einfühlung: die Empathieschleife
- Neurowissenschaft: Was das Gehirn für Entwicklung braucht

WE 3 Selbstmanagement – Gut drauf sein und bleiben

- Zustandssteuerung: hilfreiche Interventionen für Coach und Klient
- Ressourcen: Der Coach als Schatzsucher
- NLP-Anker-Formate: Die Funktionsweise des Gehirns optimal unterstützen, um Lerninhalte und Erkenntnisse nutzbringend zu sichern

WE 4 Auftragsklärung – Womit sind Sie heute hier?

- Identifizieren und nutzbringendes Formulieren des Themas und der Ziele des Klienten
- Sprachliche Interventionen bei der Auftragsklärung
- NLP-Reframing-Formate: von Problemhabern, Primär- und Sekundärgewinnen
- Erster Einstieg in die Teile-Arbeit
- Sinnorientiert arbeiten in Anlehnung an die Logotherapie von Victor Frankl

**GD voraussichtlich im Fritz Perls Institut Hückeswagen:
Herbst-Selbsterfahrungsworkshop „Gruppendynamik meets Erlebnispädagogik“**

WE 5 Ausdrucksformen

- Sprache und sprachliche Interventionen: Meta- und Miltonmodell der Sprache aus dem NLP, Sinnesspezifische Sprache, Organsprache, Ambiguitäten
- Was wir nicht sagen: Mimik, Körpersprache und Stimme prozessfördernd nutzen
- Was wir denken: Augenzugangshinweise als Wegweiser
- Wer hat's gesagt? systemische Fragetechniken im Coaching
- Metaphern: das Unbewusste als Problemlösungsressource aktivieren

WE 6 Eindrucksformen

- Einstieg in die systemische Arbeit: Das innere, soziale Panorama von Problemen und Themen erkennen, sichtbar machen und in der Arbeit mit dem Klienten nutzen
- Das Time-Line-Konzept des NLP prozessfördernd einsetzen

WE 7 Abgucken ausdrücklich erlaubt

- Modeling: nützliche innere und äußere Ratgeber für den Klienten
- Methoden und Interventionen, um nicht anwesende Ratgeber im Prozess zu nutzen
- Bewegung und Humor im Coaching
- Interventionen für einen Perspektivwechsel und den Transfer in den Alltag des Klienten

WE 8 Gestalte Dein Schaufenster

- Das Selbstverständnis als Coach, die eigenen Werte und Ziele
- Marketing und Vertrieb als Coach
- Qualitätssicherung bei Coaches: Supervision und Fortbildungen, Netzwerke und Verbände
- Der eigene Internetauftritt, Flyer und mehr

WE 9 Möglichkeiten, Chancen und Grenzen des Coaching

- Was ist Coaching? Rechtliche, ethische und formelle Definition
- Abgrenzung zur Therapie: Gesetze und Richtlinien, die auch den Coach betreffen
- Psychologie: Erkennen und Beachten von Widerstand, Projektion, Übertragung und Gegenübertragung
- die innere Bühne lebendig werden lassen: Persönlichkeitsanteile und Charakterstrukturen und ihre Bedeutung im Coaching
- Alarmsignale: die wichtigsten Störungsbilder kennen, bei denen der Coach NICHT „behandeln“ darf, sondern handeln muss!
- Wichtige Anlaufstellen und Handlungsempfehlungen zur Weiterleitung von Kunden, die beim Coach an der falschen Adresse sind
- Problem oder Störung? Und was dann?

WE 10 Sie werden nicht anders, sondern mehr!

- Telearbeit: Formate aus dem NLP, der Gestalttherapie und der systemischen Arbeit
- Innere Polaritäten und vermeintliche Gegensätze würdigen und nutzen
- Provokative Ansätze und ihr Nutzen für den Prozess

WE 11 Emotionen – wichtige Wegweiser im Prozess

- Basiswissen über die menschlichen Emotionen aus der Emotionspsychologie
- Die emotionale Haltung des Coachs und persönliche Stolperfallen
- Gewaltfreie Kommunikation als hilfreiches Modell für mehr Klarheit und Zufriedenheit
- Transaktionsanalyse zum Bewusstmachen der eigenen Position

WE 12 Konflikte, Abschied

- Interventionen aus NLP, Gestalttherapie und dem systemischen Ansatz zur Klärung von intrapersonellen und interpersonellen Konflikten
- **Gestalten des Abschieds, Übergabe der Zertifikate und Feier**

Im zweiten Quartal Besprechen der Abschlussarbeiten
in individuell vereinbarten Einzelgesprächen

UMFANG DER AUSBILDUNG

Eine Ausbildungsgruppe besteht aus maximal 12 Teilnehmern.

Die Ausbildung umfasst zwölf Wochenenden von Freitag 14 Uhr bis Sonntag 14 Uhr.

Die Seminarzeit beträgt pro Wochenende 20 Stunden.

Ausnahme: Das Abschlusswochenende beginnt freitags um 11 Uhr und hat somit einen Umfang von 23 Stunden.

Der Gruppendynamikworkshop dauert von Dienstag 14 Uhr bis Freitag 14 Uhr, die Seminarzeit beträgt 28 Stunden.

Die Dauer der drei persönlichen Coachings und der drei Supervisionen außerhalb der Ausbildungsgruppe, des Abschlussgespräches, der Peergruppen-Arbeitszeit und der durchgeführten professionellen Coachings beträgt mind. 74 Stunden.

Die Gesamtausbildungszeit beträgt damit 345 Stunden.

Die Teilnehmer erhalten Handouts, Fotoprotokolle, Lernanker und Seminarmaterialien, die im Ausbildungspreis enthalten sind.

Die Teilnehmer sollen das Gelernte ausdrücklich schon während der Ausbildung anwenden und damit Erfahrungen sammeln, auch außerhalb der Gruppe und der Peergroups in der Arbeit mit echten Klienten.

Während der Dauer der Ausbildung führen die Teilnehmer deshalb mindestens vier dokumentierte Coachings mit Klienten außerhalb der Ausbildungs- oder Peergruppe durch, von denen zwei schriftlich für die Abschlussarbeit dokumentiert und reflektiert werden.

Weiterhin nehmen die Teilnehmer 3 persönliche Coachings sowie 3 Supervisionsstunden zur professionellen Reflexion der eigenen Arbeit mit ihren Klienten bei den Ausbildern in Anspruch. Diese sind ebenfalls im Ausbildungspreis enthalten.

Die Teilnehmer bilden während der Ausbildungszeit Peergruppen, in denen sie sich regelmäßig zum Üben und Vertiefen des Gelernten und zur Literaturdiskussion treffen. Die Organisation der Peergruppen obliegt der Selbstverantwortung der Teilnehmer.

Die Ausbildung endet mit einer schriftlichen Abschlussarbeit, in der die Teilnehmer ihre berufliche und persönliche Entwicklung reflektieren, ihre berufliche Zielsetzung und Vision darstellen sowie zwei der professionell durchgeführten Coachings (s.o.) ausführlich dokumentieren und reflektieren.

Diese Abschlussarbeit dient der Konsolidierung des Gelernten, dem Erkennen und Herausarbeiten der eigenen Spezialitäten und Fähigkeiten, der Ausbildung eines eigenen Stils im Sinne eines USP (unique selling proposition) und dem Vertiefen der Selbstreflexionsfähigkeit des Teilnehmers.

KOSTEN*

Wir unterscheiden den Business- vom Privatzahlerpreis. Privatzahlern gewähren wir Rabatte, die entsprechenden Preise sind jeweils in Klammern angegeben.

Der Seminarpreis beträgt je Teilnehmer pro Ausbildungswochenende netto 419 (345) Euro und für die Ausbildungswoche netto 695 (580) Euro.

Damit ergibt sich ein Gesamtpreis von netto 5.723 (4.720) Euro und brutto 6.810,37 (5.616,80) Euro, der flexibel bezahlt werden kann:

- Der Seminarpreis wird jeweils zum anstehenden Seminar überwiesen.
(Bitte beachten Sie: Die Kursgebühren fallen kontinuierlich an, auch wenn der Teilnehmer / die Teilnehmerin an einem Wochenende verhindert ist.)
- Der Ausbildungspreis wird rabattiert in drei Raten à netto 1.890 (1.550) Euro bezahlt.

Der Bildungsscheck oder die Bildungsprämie werden anerkannt*.

Die persönlichen Coachings und Supervisionen und das Abschlussgespräch sind im Ausbildungspreis enthalten, die Termine werden individuell vereinbart.

Die Seminarmaterialien, Handouts, Fotoprotokolle und Lernanker sind ebenfalls im Preis enthalten.

Für die Gruppendynamikwoche ergeben sich zusätzliche Kosten für das Fortbildungshaus (Raummiete, Unterbringung und Verpflegung ca. 390 Euro im DZ / 470 Euro im EZ).

Es wird ein Ausbildungsvertrag geschlossen. Die Ausbildungsmodule sind nicht einzeln buchbar, so dass die Ausbildungsgruppe während der gesamten Ausbildung konstant bleibt und ein unterstützendes Lern- und Entwicklungsklima entstehen kann.

*** Wir akzeptieren den Bildungsscheck / die Bildungsprämie NRW.**

DIDAKTIK UND METHODIK: UNSERE LEHR- UND LERNHALTUNG

Ganzheitliches, gehirngerechtes Lernen basiert auf den Erkenntnissen aus Neurowissenschaft, Suggestopädie und Kinesiologie. Lernen ist dann besonders nachhaltig, wenn es kreatives Lernen in der Begegnung von Mensch zu Mensch ist und im Sinne einer Erfahrung sozusagen „en passant“ stattfinden kann. Wir arbeiten deshalb mit Lernankern, Fotoprotokollen, Methodenvielfalt und reflektiertem Erfahrungslernen.

Entwicklungsorientiertes Lernen verknüpft individuelles Erleben (Erfahrung) mit kognitiver Reflexion.

Natürliches Lernen ermöglicht es dem Lernenden, außerhalb des eigentlichen Lernprozesses zusätzliche Lernerfahrungen „en passant“ zu sammeln (z.B. durch Lernen am Modell).

Ressourcenorientiertes Lernen konzentriert sich auf die im Lernenden vorhandenen Fähigkeiten, Kenntnisse und Kräfte zur Ideenentwicklung und Lösungsfindung und zur Anwendung seiner Fähigkeiten und Umsetzung von Lösungen. Es unterstützt ihn bei der Entwicklung seines Potenzials.

Kommunikatives Lernen misst dem Austausch der Gruppenmitglieder auf unterschiedlichen Ebenen einen hohen Stellenwert bei. Ein Klima des strukturiert-offenen Austauschs mit wohlwollenden und konstruktiv-kritischen Rückmeldungen unterstützen jeden Lernenden in seinem eigenen, individuellen Lern- und Entwicklungsprozess.

Training ermöglicht es dem Lernenden, Neues ausprobieren, so zu tun als ob, und damit Lösungs- und Entwicklungsideen auf ihre Tragfähigkeit in allen Kontexten hin zu testen.

DIE TRAINER: BIANCA UND HENNING OLESEN

Wir sind in mehreren Disziplinen ausgebildete, kompetente Coaches im eigenen Institut mit langjähriger beruflicher Erfahrung in der Arbeit mit Einzelnen, Gruppen und Unternehmen. Bianca ist als Heilpraktikerin für Psychotherapie auch in eigener Praxis tätig.

Wir entwickeln unsere berufliche Professionalität ständig weiter, indem wir uns fachlich weiterbilden. Unterstützt von unseren Mentoren, Supervisoren und Lehrtherapeuten entwickeln wir uns persönlich weiter. Und indem wir beides reflektiert miteinander verknüpfen, erwächst unsere Haltung:

Wir leben, was wir lehren, und wir sprechen aus Erfahrung.

Unser Selbstverständnis lässt sich vielleicht an unserem Angebot an unsere Kunden ablesen:

*Ich gebe dir Unterstützung für das, was du bist.
Ich gebe dir Unterstützung für das, was du wirst.
Ich verneige mich in Demut vor deinem Prozess
und
gebe dir Unterstützung für die Fehler, die du auf diesem Weg machst.
Ich ermutige dich, weil ich weiß, dass nur du deine Arbeit machen kannst.
Ich akzeptiere, dass du eine Einheit aus Körper, Geist und Emotionen bist
und dass dies verschiedene Fenster sind, um auf den gleichen Menschen zu schauen.
Ich respektiere meine Grenzen und all die anderen, die dich auch unterstützen können.*

Wir nehmen Sie mit all Ihren Facetten, Themen und Widrigkeiten immer ernst und begegnen Ihnen wertschätzend und verständnisvoll, respektvoll und vertraulich.

Unser Anliegen ist es, Menschen in ihrer Entwicklung zu unterstützen und dabei, ihre Potenziale voll zur Entfaltung zu bringen. Und da jeder Mensch einzigartig und besonders ist, legen wir dabei großen Wert auf Wege, Ideen und Lösungen, die alle Ihren inneren und äußeren Rahmenbedingungen würdigen und berücksichtigen und dadurch nachhaltig und tragfähig werden.

Dafür bieten wir Ihnen wunderschöne, professionell ausgestattete Räumlichkeiten zum Lernen und ein Ambiente zum Wohlfühlen.

Wir freuen uns auf Sie!

GASTTRAINER

Das Gruppendynamik- und Selbsterfahrungswochenende wird von einem qualifizierten und erfahrenen Gruppendynamiktrainer geleitet.

Grundsätzlich sind alle Gasttrainer in der Cochausbildung und den optionalen Aufbaumodulen qualifizierte Experten ihres Themas, denn wir legen in der Aus- und Weiterbildung von Menschen, die mit Menschen kompetent arbeiten wollen, Wert auf höchste Qualität.

CO-TRAINER

Absolventen der Ausbildung haben die Möglichkeiten, einzelne Module der Ausbildung als Co-Trainer zu begleiten und ihr Wissen und Können als Coach in der Trainerrolle anzuwenden und Gruppen-Leitungskompetenz zu entwickeln oder zu stärken.

AUFBAUMODULE

Mit dem Ende der Coach-Ausbildung ist der Teilnehmer Coach[®] und befähigt, Menschen in der Bewältigung ihrer persönlichen und beruflichen Herausforderung als Prozessexperte zu begleiten.

Darüber hinaus bietet Olesen Kommunikation ausgebildeten Coaches qualifizierte Weiterbildungen zur Spezialisierung der eigenen Tätigkeit als Coach an. In diesen Weiterbildungen kann der Coach sein Wissen und seine Fähigkeiten in dem jeweiligen Fachgebiet ausbauen und vertiefen:

- **balancecoach[®]**: Der Coach erwirbt in einer viertägigen Weiterbildung die Qualifikation, das krankenkassenempfohlene balancecoaching[®]-Programm in unterschiedlichen Varianten anzubieten und seine Tätigkeit auf den Bereich Stress- und Burnoutprävention zu spezialisieren.
- **facecoach[®]**: Der Coach lernt in drei Modulen à drei Tagen (Basics, Master und Professional), Microexpressions nach Paul Ekman zu erkennen und zu deuten, Emotionen gemäß der Emotionspsychologie zu erkennen und zu verstehen und diese Fähigkeit des „sehen, worum es wirklich geht“ ethisch angemessen, wertschätzend, professionell und prozessbeschleunigend einzusetzen.
- **GegenständlichCoachen[®]**: Der Coach lernt in einem dreitägigen Seminar, gegenständlich-metaphorisch zu arbeiten, indem er gezielt Materialien verschiedenster Art im Coaching einsetzt, um Prozesse auf einer höheren als der Gesprächsebene zu verdeutlichen und nutzbar zu machen. Dabei geht es insbesondere um das Prinzip der Werteähnlichkeit, also die Gestaltung der Vergegenständlichung auf eine Art und Weise, die den Prozessinhalt besonders deutlich macht.
- **Systemischer Coach[®]**: Der Coach erhält in einem einwöchigen Seminar noch mehr systemisches Verständnis und Handwerkszeug, um professionell in Systemen coachen und unterstützen zu können.