Stoffplan – Einführung ins professionelle Coaching (Bildungsurlaub)

Dieser als Bildungsurlaub anerkannte Workshop vermittelt Ihnen praxisnahes Coaching-Know-how für Führung, Teamarbeit und persönliche Entwicklung. Erleben Sie, wie professionelle Coaching-Methoden Ihre Kommunikations- und Führungskompetenzen auf das nächste Level heben.

Tag 1 – Die Grundlagen des Coachings

Ankommen & Orientierung – Begrüßung, Kennenlernen, Erwartungen klären
Menschenbild im Coaching – Haltung und Werte eines erfolgreichen Coaches
Coaching vs. Consulting vs. Mentoring – Abgrenzung und praxisnahe Anwendung
Auftragsklärung im Coaching – Erfolgreiche Startphase gestalten
Coaching oder Therapie? – Grenzen erkennen und professionell handeln
Wertschätzung & Empathie – Die Basis einer vertrauensvollen Coaching-Beziehung

Praxisübungen & Reflexion

Tag 2 – Methoden & Werkzeuge für wirksames Coaching

Ankommen mit Methode – Präsenz und Achtsamkeit im Coaching-Alltag
Gesprächsstruktur im Coaching – Erstgespräch, Prozessgestaltung, Verbindung von Kopf, Bauch und Körper
Wirklichkeitskonstruktion & Hypothesenbildung – Perspektiven erweitern und Denkweisen verstehen
Tools für die Praxis
✓ Affektbilanz
✓ Wunderfrage
✓ Systemische Fragen
✓ Skalierungsfragen & Ressourcenaktivierung
Live-Coaching & Anliegenklärung – Direkte Anwendung im geschützten Rahmen

Praxisübungen

Tag 3 – Persönlichkeitsentwicklung & Veränderung begleiten

Wer bin ich – und wie viele? – Persönlichkeitsentwicklung als Coach
Von Problemen zu Lösungen – Lösungsorientiertes Denken und Handeln fördern
Sich selbst verstehen & Trigger erkennen – Selbstreflexion als Schlüssel zur erfolgreichen Begleitung

Embodiment – Die Verbindung von Körper und Emotionen für nachhaltige Veränderungen
Veränderungen meistern – Individuell, im Unternehmen und in Teams
Coaching in Veränderungsprozessen – Timeline- und ressourcenorientiertes Coaching

Reframing & Pacing – Perspektivwechsel als Werkzeug für Entwicklung

Praxisübungen

Abschlussrunde & Feedback – Reflexion, Erfahrungsaustausch & nächste Schritte

---

Dieser Workshop bietet Ihnen eine kompakte und praxisnahe Einführung in professionelles Coaching. Nutzen Sie diese Gelegenheit und sichern Sie sich Ihren Platz!