



Akademie

Business Mental Coach

Coaching Kompetenz
für Unternehmen

Gute Gründe für Sprungkraft



„Sprungkraft kommt auf den Punkt, hält uns den Spiegel vor Augen und stößt Veränderung an - TrainerInnen, die unsere Leute im Herzen erreichen.“



Unsere Breite

Wir bringen die Breite von echter Persönlichkeitsarbeit, Leistungssport, Mentaltraining bis hin zu internationaler HR Erfahrung zu Ihnen.



Mit Mut zur Tiefe

Wir wissen, was es braucht, damit Menschen in ihre Kraft kommen und um individuelle Erfolgsstrategien entwickeln zu können.



Offenheit - No Bullshit

Wir sprechen an, worum es wirklich geht. Es lohnt sich genau hinzusehen, um Themen in ihrer Ganzheitlichkeit zu erkennen und aufzulösen.

Verbund

ÖBB

Unilever

RHI MAGNESITA

PRINZHORN GROUP

WU

e.punkt

ERSTE Group

HOOKIPA PHARMA

universität wien

Red Bull®

BOKU

A1

ROTE NASEN CLOWNDOCTORS partner of RED NOSES International

Österreich Werbung
www.austriatourism.com



Kurzbeschreibung

Die **Einzigartigkeit** unserer Ausbildung liegt in der **Verbindung von organisationalem Verständnis und mentalen Strategien** der einzelnen Menschen. Mentale Arbeit fokussiert auf den Menschen und seine Stärken. Wenn jeder seine **“best version”** leben kann, wird man selbst und somit auch das jeweilige Unternehmen nachhaltig erfolgreich sein.

Die TeilnehmerInnen erlernen mit Einzelpersonen und Teams Ziele und Aufträge lösungsorientiert auszuarbeiten, um Veränderungs- und Wachstumsprozesse professionell und wertschätzend zu unterstützen.

1. **Professional Level - Modul 1-3:** Kompetenzaufbau/Verständnis und Anwendung
2. **Expert Level - Modul 4-6:** Vertiefung/Breite in der Anwendung



Ziele

- Vermittlung fundierter, breitgefächerter und am **aktuellen Stand der Wissenschaft** orientierter Inhalte, Methoden und Formate.
- Die Rolle des Coaches verstehen und leben
- Den Auftrag und das Ziel im Coachingkontext verstehen und umsetzen
- **Reichhaltiges Spektrum an Tools**, Kommunikationstechniken und Interventionen für die Gestaltung von Coachingprozessen
- Orientierung an **mentalen Erfolgsstrategien** aus dem **Spitzensport**
- Lernerfolg durch die Balance zwischen **Persönlichkeitsentwicklung** und **Prozessstrategie**.
- Von Beginn an Praxisorientierung und Transfer in den Alltag



Persönlicher Gewinn und Nutzen fürs Unternehmen

- Fundierte Kompetenzerweiterung und persönliche Weiterentwicklung
- Coaching als in house-Medium für Wachstum, Zielorientierung und Empowerment von Mitarbeitern und Teams
- Sensibilisierung und Methoden für Kommunikation, Diversität, Konfliktquellen und Lösungsorientierung
- Kennenlernen und entwickeln der eigenen mentalen Erfolgsstrategien
- Berufsorientierter und mehrstufiger Aufbau
- Professionalität und hohe Qualität durch erfahrene, diverse TrainerInnen und individuelle Betreuung in kleinen Gruppen (Max. 12TN/TrainerIn)

Inhalte und Lehrgangskonzept



Umfang und Abschluss

Unsere Ausbildung hat 2 Levels

Das **Professional Level** beinhaltet die Module 1-3 mit 7 Präsenztagen, mindestens 5 Stunden Peergruppe und 2x 2 EH Einzelsupervision.

Sie schliesst mit dem **Business Mental Coaching Zertifikat** ab.

Das **Expert Level** beinhaltet zusätzlich Module 4-6, mit 8 Präsenztagen, mindestens 15h Peergruppe und Praxis, 30 EH Literaturstudium, ein dokumentiertes Coachingsprojekt sowie weitere 2x 2 EH Einzelsupervision und eine online Gruppensupervision im Umfang von 4EH .

Sie schliesst mit dem **Diplom zum Business Mental Coach** ab.

In Summe beinhaltet der Abschluss Diplomierter Business Mental Coach:

124 EH Präsenz

20 EH Peer- und Praxis-Erfahrung

30 EH Selbststudium (empfohlene Literatur)

25 EH Coachingprojekt

8 EH Einzelsupervision

4 EH Online Gruppensupervision

Eine Einheit entspricht 45 Minuten.

Summe: 275 EH

Termine und Veranstaltungsorte 2021

Präsenztermine (in Ausnahmefällen werden Termine online stattfinden)

Aktuelle
Termine auf
der
Homepage

Ort

Raum Wien/Umgebung - mehr Infos auf unserer Homepage



1 - Potenziale entfalten

- Coaching - Grundhaltung und Grundlagen
- Rollenverständnis und Werterhaltung
- Zielsetzung und Ressourcenaufbau
- Erfolgreich kommunizieren im Prozess
- Potenziale erkennen und nützen

2 Tage



2 - Kompetenzen entwickeln

- Perspektivenwechsel – vom Ich zum Du
- Mentale Stärke und Resilienz – Erfolgsstrategien aus dem Spitzensport
- Die logischen Ebenen unseres Denkens
- Mentaltechniken für mich und andere
- Ziele und ihre Anziehungskraft
- Coaching Tool-Werkstatt

2 Tage



3 - Zukunft gestalten

- Die Phasen des Coachingprozesses
- Aufbau und Planung der Coachingeinheit
- Anwendungsfelder Im Business
- Wirksam werden in der Praxis
- Abschlussreflexion und Ausblick

2 Tage





4 - Systeme & Organisationen verstehen

- Systeme und ihre Dynamik
- Entscheidungs- und Veränderungsprozesse begleiten
- Mitarbeiterführung und Leadership
- Digitale Zusammenarbeit, Online Techniken kreativ nützen

2 Tage



5 - Krisen gemeinsam meistern

- Krisen- und Konfliktarten
- Konfliktcoaching und Lösungsorientierung
- Teamdynamik und Teamcoaching
- Resilienz und mentale Stärke fördern

3 Tage



6 - Erfolgspfade prägen

- Mein Coachingprojekt
- Abschlusspräsentation
- Feedback und Evaluierung
- Vision und Ausblick
- Organisationswirkung, Umsetzungserfolg, Zufriedenheit

3 Tage



Nachschlagewerk



Details

Peergruppe und Praxis

Eine Peergroup ist ein Treffen der TeilnehmerInnen einer Ausbildung (in Kleingruppen), um das Gelernte gemeinsam zu reflektieren, praktisch anzuwenden und zu üben. Solche Peergroups werden von den TeilnehmerInnen selbst organisiert und sind von unserer Seite nicht begleitet, was noch mehr Freiraum zum selbstverantwortlichen Lernen und Üben schafft.

Selbststudium

Neben der Präsenzausbildung schlagen wir jede Menge Buch- und Videomaterial vor, um sich mit Fachliteratur zu befassen und damit einerseits noch breiter in die Materie einzutauchen und andererseits auch eigene Spezialisierungen zu entdecken. In Peergruppen kann es besonders spannend sein sich darüber auszutauschen.

Coachingprozess

Mit Ende des Practitioner Levels halten wir es für wichtig selbst ins Tun zu kommen und einen eigenen Coaching Prozess zu gestalten und zu dokumentieren. Erfahrungen und Gelerntes aus Präsenz, Literatur und Peer Arbeit kann direkt umgesetzt und angewendet werden. Hilfestellung kommt prozesshaft von uns Trainern, von Peers und im Besonderen sind auch die Einzelsupervisionsstunden zur Reflexion des Prozesses gedacht. Ziel hier ist keinesfalls Perfektionität sondern vielmehr Reflexion und persönliche Weiterentwicklung.

Einzelsupervision

1:1 Session mit einer AusbildungsleiterIn deiner Wahl, um persönliche Themen zu begleiten und die persönliche Coachingkompetenz noch individueller weiterzuentwickeln.

Online-Gruppensupervision

Ein supervidiertes Austausch in der Gruppe- ein Lernen voneinander und miteinander. Die TeilnehmerInnen bringen ihre Themen, egal ob persönlicher oder fachlicher Natur ein und bekommen Hilfestellungen voneinander und von der Leistung.

Teilnahmebedingungen

Ein telefonisches Orientierungsgespräch mit einer unserer TrainerInnen ist Voraussetzung für die Teilnahme. Es dient der Beantwortung offener Fragen der Interessentinnen sowie der Abklärung der Erwartungen und Vorerfahrungen.



Leistungen und Investition

Professional Level inkl. Zertifikat € 2950, beinhaltet:

6 Präsenztage in Kleingruppentraining (max. 12 Teilnehmer/Trainerin)
2 EH Einzelsupervision, alle Arbeitsunterlagen

Expert Level inkl. Diplom zusätzlich € 3450, beinhaltet:

7 Präsenztage in Kleingruppentraining (max. 12 Teilnehmer/Trainerin)
4 EH Einzelsupervision , 4 EH Gruppensupervision, alle Arbeitsunterlagen

Gesamtkosten:

€ 6400 - 13 Präsenztage

Teilnehmende mit geringem Einkommen /Vermögen können eine Ermäßigung beantragen, die individuell mit der Lehrgangsheitung auszuhandeln ist.

Preise verstehen sich exkl MwSt.

Stornobedingungen

Da Trainings meist langfristig geplant werden, ist es bei Absagen für uns sehr schwierig, Plätze kurzfristig wieder anderwertig zu vergeben. Wir ersuchen deshalb um Verständnis, dass Stornos nach erfolgtem Auftrag in folgenden Fällen Kosten für Sie verursachen - unabhängig von den Gründen Ihre Absage: Bei Stornierung nach mehr als zwei Wochen nach der Buchung werden € 500,- für die Bearbeitung verrechnet. Ab 2 Monaten vor Trainingsbeginn werden 50%, danach 100% des Trainingspreises verrechnet. Diese Regelung gilt für den Fall, dass keine andere, für die Teilnahme geeignete Person genannt wird. Wenn aufgrund äußerer Gegebenheiten geplante Präsenz-Veranstaltungen nicht stattfinden können, arbeiten wir alternativ online.

Ihre TrainerInnen



**MMag. Heidemarie
Haberl-Glantschnig**

Mentaltrainerin, Consultant,
Coach, 30fache Österr.
Meisterin im Rudern



Mag. Katharina Janauschek

HR Strategin,
Organisationsentwicklerin,
Business-/Mental Coach und
Trainer



Tina Mader

Lehrtrainerin, Coach,
Trainerin für Outdoor



Mag. Margrit Jütte

Lehrtrainerin , Biologin,
Coach. Trainer



Wie es weitergeht

Wir freuen uns, wenn wir Ihr Interesse wecken konnten!
Kontaktieren Sie uns für ein unverbindliches Informationsgespräch.

MMag. Heidemarie Haberl-Glantschnig

+43 680 3331 321
heidi@sprungkraft.consulting

Katharina Janauscek

+43 650 67 33 691
katharina@sprungkraft.consulting