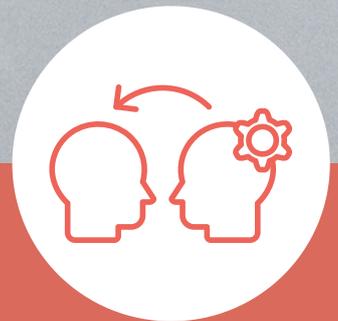




BUSINESS MENTAL COACHING



Ausbildung

Professional Level 1

Expert Level 2



Die Besonderheit unserer Ausbildung

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 Teilnehmenden erlernen mit Einzelpersonen und Teams Ziele und Aufträge lösungsorientiert auszuarbeiten und in die Umsetzung zu bringen, um Veränderungs- und Wachstumsprozesse professionell und wertschätzend zu unterstützen.

Wir arbeiten, als Ergänzung zum klassischen Coaching, stark auch mit unbewussten Anteilen der Landkarte des Gegenübers. Denn alles, was bereits bewusst ist, wurde vermutlich schon zur Lösungsfindung herangezogen. Das große Potential liegt unterhalb der Oberfläche und darauf kann uns unsere sensorische Wahrnehmung dienliche Hinweise geben.

SUPERPOWER ZÜNDEN - ZUKUNFT PRÄGEN

WIR VERBINDEN AUF EINZIGARTIGE WEISE STRATEGISCHES DENKEN MIT INTUITIVEM WISSEN.
DAMIT VERÄNDERUNG UND WACHSTUM NACHHALTIG ERFOLGREICH IST.



Ziele

- Vermittlung fundierter, breitgefächerter und am aktuellen Stand der Wissenschaft orientierter Inhalte, Methoden und Formate.
- Die Rolle des Coaches verstehen und nutzen.
- Lernerfolg durch die Balance zwischen Persönlichkeitsentwicklung und Prozessstrategie. Von Beginn an Praxisorientierung und Transfer in den Alltag.
- Reichhaltiges Spektrum an Tools, Kommunikationstechniken und Interventionen für die Gestaltung von Coachingprozessen.
- Orientierung an exzellenten Mentalstrategien aus dem Spitzensport.
- Verbindung von organisationalem Verständnis und intuitiven, mentalen Strategien der einzelnen Menschen .



Inhalte und Lehrgangskonzept

Unsere Ausbildung hat 2 Levels:

Level 1:

Das **Professional Level** beinhaltet die Module 1-3 mit 6 Präsenztagen, 15 EH Peergruppe, 2 EH Einzelsupervision und 15 EH Selbststudium.

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

Level 2:

Das **Expert Level** beinhaltet zusätzlich Module 4-7, mit 7 Präsenztagen, 15 EH Selbststudium, 15 EH Peergruppe und Praxis, 15 EH Literaturstudium, ein dokumentiertes Coachingprojekt sowie weitere 2 EH Einzelsupervision und eine online Gruppensupervision im Umfang von 4 EH .

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

In Summe beinhaltet der **Abschluss Diplomierter Business Mental Coach:**

- 130 EH Präsenz
- 30 EH Peer- und Praxis-Erfahrung
- 30 EH Selbststudium (empfohlene Literatur)
- 25 EH Coachingprojekt
- 4 EH Einzelsupervision
- 4 EH Online Gruppensupervision

Eine Einheit entspricht 45 Minuten.

Summe: 223 EH



Ort

Der Meierhof – Ulrichskirchen (in Ausnahmefällen werden Termine online stattfinden)

Adresse: Wiener Straße 13, 2122 Ulrichskirchen

Anfahrt: Anreise mit dem Auto - Parkplatz vor Ort

Öffentliche Anreise: S2 von Wien Mitte, Praterstern, Handelskai etc. in ca. 30 min - Gehzeit vom Bahnhof Ulrichskirchen 5 Min.



Termine

Aktuelle Termine für das Professional/Expert Level findest du auf unserer Website!
Bitte besuche unsere Website, um die neuesten Informationen zu erhalten.



LEVEL 1 - PROFESSIONAL

Modul 1 - Potentiale entfalten

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

Modul 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

Modul 3 - Superpower zünden

- Anwendungsfelder Im Business
- Arbeit mit dem Systembrett
- Ich in meinem System
- Teilnehmende aktiv einbinden
- Abschlussreflexion und Ausblick



LEVEL 2 - EXPERT

Modul 1 - Mein Ziel als Coach

- Die Phasen des Coachingprozesses
- Aufbau und Planung der Coachingeinheit
- Wirksam werden in der Praxis
- Aufträge, Rollen, Abgrenzung

Modul 2 - Systeme & Organisationen begleiten

- Systeme und ihre Dynamik
- Entscheidungs- & Veränderungsprozesse begleiten
- Self-Leadership & hybride Mitarbeiterführung
- Teamdynamik & Coaching im Mehrpersonensetting

Modul 3 - Krisen gemeinsam meistern

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

Modul 4 - Erfolgspfade prägen

- Coaching Toolwerkstatt
- Mein Coachingprojekt
- Feedback und Evaluierung
- Vision und Ausblick



Leistungen und Investition

Professional Level inkl. Zertifikat:

- 6 Präsenztage in Kleingruppentraining
- 2 EH Einzelsupervision
- alle Arbeitsunterlagen

Expert Level inkl. Diplom:

- 7 Präsenztage in Kleingruppentraining
- 2 EH Einzelsupervision
- 4 EH Gruppensupervision
- alle Arbeitsunterlagen

Gesamtkosten:

Den aktuellen Preis findest du auf der Homepage

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

Alle angegebenen Preise verstehen sich exklusive MWSt.

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.



Deine Trainerinnen



**MMag. Heidemarie
Haberl-Glantschnig**

Mentaltrainerin, Consultant,
Coach, 3Ofache 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, Trainerin



Nachschlagewerk

Peergruppe und Praxis

Eine Peergruppe ist ein Treffen der Teilnehmenden einer Ausbildung (in Kleingruppen), um das Gelernte gemeinsam zu reflektieren, praktisch anzuwenden und zu üben. Solche Peergruppen werden von den Teilnehmenden 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.

Coachingprojekt

Mit Ende des Expert 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 Austauschen 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 Trainer:innen ist Voraussetzung für die Teilnahme. Es dient der Beantwortung offener Fragen der Interessent:innen sowie der Abklärung der Erwartungen und Vorerfahrungen.



Gewinn und Nutzen ...

- für Einzelpersonen



Persönliche Weiterentwicklung

Eine Coachinausbildung bietet die Möglichkeit, persönliche Fähigkeiten und Kompetenzen zu verbessern und sich selbst besser zu verstehen.



Karrieremöglichkeiten

Ein Abschluss in Coaching kann den Einstieg in eine Karriere als Coach oder Berater ermöglichen oder den Wert des Absolventen innerhalb des Unternehmens und auf dem Arbeitsmarkt erhöhen.



Verstärkte Fähigkeit zur Problemlösung und Konfliktlösung

Coaching-Fähigkeiten können dabei helfen, komplexe Probleme effektiver zu lösen und Konflikte aufzulösen.

- für Unternehmen



Verbesserte Mitarbeiterzufriedenheit und Motivation

Ein Coaching-Programm kann dazu beitragen, dass Mitarbeiter:innen motivierter und zufriedener mit ihren Jobs sind.



Steigerung der Leistung und Effizienz

Ein gut trainierter Coach kann dabei helfen, Mitarbeiter:innen zu fördern und ihre Leistung und Effizienz zu steigern.



Förderung von Führungskompetenzen

Ein Coaching-Programm kann Führungskräfte dabei unterstützen, ihre Führungsfähigkeiten zu verbessern und bessere Entscheidungen zu treffen.



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

Mag. Katharina Janauschek

+43 650 67 33 691

katharina@sprungkraft.consulting