

## **AUSBILDUNG ZUM SYSTEMISCHEN PERSONAL- UND BUSINESS COACH**

### **auf der Grundlage des Prossource-Konzepts**

Coaching bezeichnet die vertrauensvolle Begleitung im Alltag, Sport und im Beruf. Ein Coach versteht sich nicht nur als Dienstleister bei Orientierungsphasen oder beruflichen Umbruchsituationen, sondern auch als Begleiter in der aktiven Auseinandersetzung mit den Fragen der Sinnfindung, Identität und Wertschätzung. Denn es zeigt sich immer wieder, dass dort, wo die Sinndimension bei aller Kompetenz- und Leistungsbereitschaft im Privaten wie in der Arbeit vernachlässigt werden, Symptome wie Entfremdung und Burnout viel wahrscheinlicher werden. Damit bekommen in unserer Zeit eine individuelle Entwicklung, ein gemeinsamer Werte- und Sinnraum und erweiterte Denkweisen eine neue Bedeutung.

Diese Ausbildung vermittelt die erforderlichen theoretischen und praktischen Kenntnisse und Grundlagen, um Entwicklungsprozesse bei Menschen als Coach mit Herz, Hirn, Humor und Hoffnung begleiten zu können. Dabei dient die Ausbildung selbst als Entwicklungsprozess und der eigenen Persönlichkeitsentwicklung. Inhalte sind u.a. Coachingmethoden, zielgerichtete Interventionen und Design von Übungen.

Durch diese Coaching-Ausbildung erkennen Sie Konflikursachen, identifizieren bestimmte Prozesse und können Ihr Verhalten entsprechend anpassen. Es regt die Selbstreflexion an und erweitert Ihre Fähigkeit, Herausforderungen und besondere Aufgaben zu erkennen und zu bewältigen.

Lernergebnisse:

- > Sie sind in der Lage, sich und andere Menschen effektiv zu coachen, um Entwicklungsprozesse in Gang zu setzen und zu unterstützen.
- > Mit den systemischen und kreativen Methoden des Coachings fordern und fördern Sie den Dialog und das Vertrauen Ihrer Mitmenschen und Mitarbeiter.
- > Sie entdecken eigene Quellen der Kreativität, Ihre Talente und Fähigkeiten und dienen Ihrer Lebensqualität

Michael Pross leitet und moderiert die Ausbildung. Er ist seit 27 Jahren Rechtsanwalt im Bereich des Arbeits- und Strafrechts, seit 2007 als systemischer Coach und seit 2011 zusätzlich als Prozessbegleiter nach entsprechenden Ausbildungen tätig. Er ist Nordic-Walking-Instructor und Skilehrer.

Die Ausbildung erstreckt sich über 36 Seminartage mit einer Gesamtdauer von ca. 2 Jahren in Gruppen von max. 8 Teilnehmern und findet in Oberteuringen (bei Friedrichshafen am Bodensee), im Kloster Mehrerau in Bregenz (Modul 5) und das Abschlussmodul im Hotel „Dein Engel“ in Oberstaufen statt. **Beginn der nächsten Ausbildung ist das Wochenende vom 06.03. – 08.03.2020.** Die Folgetermine finden alle 6-8 Wochen bzw. nach Absprache mit den Teilnehmern statt. Die Ausbildung schließt mit einem eigenen Coaching einer dritten Person und einer schriftlichen Coaching-Arbeit ab.

Die Teilnahmegebühr beträgt 742,- € zzgl. Mehrwertsteuer pro Workshop (Modul), insgesamt 8.900,- € zzgl. Mehrwertsteuer für das Seminar, Seminarraum und Skript. Verpflegung, Schreibmaterialien und Unterkunft sind im Preis nicht enthalten. Eine Ratenzahlung kann vereinbart werden.

Die Ausbildung ist in 12 Module unterteilt (= 12 Wochenenden zu je 3 Tagen):

### **MODUL 1 EINFÜHRUNG**

- > Einführung in die Berufsethik
- > Nachbardisziplinen (Mediation / Schulmedizin)
- > Berufsrecht und Vertrags - / Auftragsgestaltung
- > eigenes Coachingkonzept
- > Marketingstrategien
- > Abgrenzung zu ähnlichen Tätigkeiten - Grenzen des Coachings
- > Beruf / Berufung

### **MODUL 2 GRUNDLAGENTECHNIKEN**

- > vollständiger Coachingprozess (Theorie)
- > Auftragsklärung / Auftragsbündnis
- > systemisches Denken / lösungsorientierte Beratung
- > Berührung mit eigenen Themen / Genderthematik
- > Bereitschaft zur Weiterentwicklung
- > Wissenstransfer / Entwicklungshelfer
- > Rolle als Coach / Rolle des Coachees
- > Rapport / Tragfähigkeit des Arbeitsbündnisses
- > innere Konflikte / äußere Konflikte

### **MODUL 3 EINFÜHRUNG / SCHWERPUNKTE des PROSSOURCE - Konzepts**

- > Das Prossource-Konzept im Sinne des Grundmodells (die Entdeckungsreise)
- > Person und Persönlichkeit
- > Haltung / Energie / Lebensarchitektur
- > Abgrenzungen Privat- und Arbeitsleben
- > Selbstreflexion / Kritikfähigkeit
- > Führungsstile (Führen und Führen lassen)

#### **MODUL 4 KERNANALYSE**

- > Selbstbild / Weltbild
- > Selbstvertrauen / Selbstakzeptanz
- > Die 4 Archetypen
- > Arbeit mit dem inneren Kind
- > Basisbedürfnisse / Gefühle

#### **MODUL 5 INNERE HALTUNG**

- > Glauben
- > Glaubenssätze / Wertesätze
- > Angst, Wut und Mut / Schwellenarbeit
- > Burnout, Boreout, Bossing, Mobbing
- > Waffen des Egos (das Persönlichkeits selbst)
- > Resilienz (Widerstandsfähigkeit in Krisen)

#### **MODUL 6 WERTE UND WERTESYSTEM**

- > Wertesystem / Kompass
- > Leitbildarbeit
- > Selbstwert
- > Inneres Team / Die Lernebenen
- > Wertschätzung und Wertschöpfung

#### **MODUL 7 ENTSCHEIDUNGSPHASE**

- > Gedanke, Absicht, Entscheidung
- > Vision / Utopie
- > Selbstsicherheit
- > Veränderungsformel
- > Reframing

#### **MODUL 8 PUNKT DES WANDELS (WORT)**

- > Wort und Gedanke
- > Selbstwirksamkeit
- > Ausdruck und Ausdrucksformen / Kommunikationsformen
- > Lebensgesetze
- > Selbstvertrauen (Sozialnetz und Sozialkompetenz)
- > Feedbackrunden

#### **MODUL 9 ERGEBNIS**

- > Tun / Unterlassen
- > Umgangsformen / eigene Reflexion
- > Erfahrung mit Hintergrund / Erkenntnis
- > Rollencoaching

- > Team - und Gruppencoaching
- > Struktur und Dynamik im Team
- > Kommunikationsprozesse im Team

#### **MODUL 10    COACHING UND RELIGION / WELTANSCHAUUNGEN**

- > Coaching im Spannungsfeld der verschiedenen Weltanschauungen
- > Anbindung an übergeordnete Ziele
- > Integration dieser Ziele in das Coaching
- > Setting / Design im Umgang mit übergeordneten Zielen
- > Übergeordnete Ziele im Teamcoaching
- > Vorbereitung der eigenen Coachingarbeit

#### **MODUL 11    PRAKTISCHE ARBEIT**

- > Besprechung und Supervision der eigenen Coachingarbeit
- > Feedback und Reflexion der Ausbildung
- > eigener Entwicklungsprozeß / Persönlichkeitsentwicklung
- > Feedbackrunden
- > eigene Stilmerkmale als Coach / Verfeinerung der individuellen Tätigkeit
- > Ressourcen - und Supervisionstechnik im eigenen Prozess

#### **MODUL 12    ABSCHLUSS**

- > Vorstellung der eigenen Coachingarbeit
- > gemeinsame Zeit der Reflexion und Feedbacks
- > aktueller Kenntnis - und Fertigungsstand
- > Zukunftsperspektiven