



**Coachingausbildung für Trainerinnen
und Trainer in Sicherheit und Gesundheit
bei der Arbeit**

Coaching

Studien zur Zukunft von Trainings zeigen: Der Trend geht zur Kombination von klassischen Seminaren mit anderen Formen der Weiterbildung. Auch Coaching kommt in diesem Zusammenhang eine Schlüsselrolle zu. Denn Trainer und Trainerinnen vermitteln nicht mehr, sondern brauchen zunehmend die Fähigkeit, Konflikte zu moderieren, Führung zu übernehmen, Aufträge zu klären sowie Teilnehmende darin zu unterstützen, das Gelernte an ihren individuellen Arbeitskontext anzupassen. Für viele ist daher die Erweiterung ihres Trainingsrepertoires um Coachingkompetenzen eine sinnvolle Ergänzung.

In insgesamt sechs Modulen erlernen Sie die Grundlagen des Coachings. Sie erwerben theoretisches Hintergrundwissen und eignen sich ein breites Spektrum an Coachingtechniken an. Dabei stellen Sie stets einen engen Bezug zur Seminartätigkeit her und setzen

sich mit den Unterschieden zwischen Training und Coaching auseinander. Neben dem methodischen Handwerkszeug und dem theoretischen Grundgerüst nimmt Ihre persönliche Weiterentwicklung einen weiteren wesentlichen Teil der Ausbildung ein.

Die sechs inhaltlichen Module werden ergänzt durch vier praktisch orientierte Blöcke. In diesen arbeiten Sie direkt mit Coachingklienten und -klientinnen unter Anleitung der Ausbildungsleitung. So haben Sie Gelegenheit, Ihre Coachingkompetenzen im Laufe der Ausbildung kontinuierlich weiter zu entwickeln.

Der Ausbildungsdurchgang erstreckt sich über zwei Jahre. Nach erfolgreichem Absolvieren aller Ausbildungsmodule und einer schriftlichen Abschlussarbeit erhalten Sie das Coachingzertifikat der DGUV.

Die Module und Themen im Überblick

Modul 1

- Was ist Coaching?
- Grundlagen des systemischen Coachings
- Training und Coaching – Unterschiede und Gemeinsamkeiten
- Rolle als Trainer/Trainerin und Rolle als Coach
- Gestaltung klarer Aufträge und Ziele
- Vorgehen in der ersten Coachingstunde

Modul 2

- Das Konzept der systemischen Wirklichkeit
- Erkennen und Erweitern von Glaubenssätzen
- Umgang mit Glaubenssätzen im Coachingprozess
- Coachingmethoden: Skulptur, zirkuläres Fragen
- Arbeit mit dem Wertequadrat

Coachingpraxistermin

Modul 3

- Unterschiedliche Konfliktstile
- Eigenes Konfliktverhalten kennen und lösungsorientiert einsetzen
- Konflikte im Team
- Innere Konflikte: Arbeiten mit dem inneren Team
- Methode der Projektionsauflösung

Coachingpraxistermin

Modul 4

- Arbeiten mit Seminargruppen und Teams
- Teamentwicklung vs. Teamcoaching
- Phasen von Teamprozessen
- Produktivität von Teams in Abhängigkeit von Teamprozessen
- Verschiedene Rollen in Seminargruppen
- Auftragsklärung in Dreierkonstellationen

Coachingpraxistermin

Modul 5

- Verschiedene Führungsansätze
- Führungspräferenzen/Führungsstrategien
- Führung zwischen Selbstmanagement und Delegation
- Fördern und fordern: Potenziale erkennen und entwickeln
- Lösungszentrierte Kommunikation: transparent, konkret und motivierend
- Was bedeutet Führung beim Training und Coaching?

Coachingpraxistermin

Modul 6

- Selbstverständnis und Professionalität
 - Stärken und Stolpersteine bezüglich Fach-, Kontext- und Methodenkompetenz
 - Übertragung des Gelernten in die eigene Trainings- und Coachingpraxis
 - Eigene Motive für die Arbeit als Coach
 - Transfer und Abschluss
-

Ihr Nutzen	Als Trainer oder Trainerin erweitern Sie durch eine Coachingausbildung Ihr methodisches Repertoire und stärken Ihr berufliches Profil. Weil Sie gezielt mit Coachingansätzen arbeiten, heben Sie sich in Ihren Seminaren positiv ab. Für eine Tätigkeit in der Lernbegleitung ist die Coachinghaltung sehr hilfreich.
Vorgespräch	Um ein genaues Bild von der Ausbildung zu erhalten, bieten wir Ihnen gerne ein Vorgespräch mit weiteren Informationen an.
Hinweis	Erst nach der Teilnahme am Modul 1 entscheiden Sie, ob Sie die gesamte Ausbildung absolvieren wollen. Bei Abbruch nach dem 1. Modul kostet das 1. Modul 500,00 Euro.
Seminarpreis	Die Kosten für die Ausbildung belaufen sich auf 4.100 Euro. Eine jährliche Ratenzahlung ist möglich. Für Mitarbeitende der Unfallversicherungsträger ist die Ausbildung umlagefinanziert.
Umfang	► Sechs Module (je drei Tage, ca. 100 Stunden) ► Vier Tage für Coachingpraxis (je 1,5 Tage, ca. 50 Stunden) ► Sechs Tage kollegiale Beratung (selbstorganisiert) ► 30 dokumentierte Coachingfälle ► Erstellung einer Abschlussarbeit Ein Modul beginnt am ersten Tag um 14.00 Uhr und endet am letzten Tag jeweils um 12.30 Uhr. Die Coachingpraxissitzungen beginnen am ersten Tag um 09.00 Uhr und enden am zweiten Tag um 12.00 Uhr.
Fachliche Ansprechpartnerin	Dr. Katrin Boege Telefon: +49 30 13001-2311 E-Mail: katrin.boege@dguv.de
Organisatorische Ansprechpartnerin	Silke Hartmann Telefon: +49 30 13001-2314 E-Mail: silke.hartmann@dguv.de
Buchungsnummer	400093



Weitere Informationen finden Sie unter: www.dguv.de/akademie • webcode d109833



Coaching

Seite

Modul 1:	Grundlagen des Coachings – Auftragsklärung, Zielbestimmung	8
Modul 2:	Arbeit mit Glaubenssätzen und grundlegende Coachingmethoden	9
Modul 3:	Konfliktmanagement – Konflikt: Juchhu!?	10
Modul 4:	Team- und Gruppencoaching	11
Modul 5:	Führung	12
Modul 6:	Professionalität	13



Inhalte Modul 1:

- Was ist Coaching?
- Grundlagen des systemischen Coachings
- Training und Coaching – Unterschiede und Gemeinsamkeiten
- Rollentraining und Coaching
- Gestaltung klarer Aufträge und Ziele
- Vorgehen in der ersten Coachingstunde

Modul 1

Grundlagen des Coachings – Auftragsklärung, Zielbestimmung

In diesem ersten Modul lernen Sie die Grundlagen des Coachings und des systemischen Denkens kennen. Sie erfahren, was Coaching von Training unterscheidet und beschäftigen sich mit dem wichtigen Thema der Auftragsklärung. Denn eine klare Fragestellung und relevante Ziele sind wesentliche Voraussetzungen dafür, dass ein Coaching gelingt. Häufig werden an Coaches Aufträge herangetragen, die durch Unerfüllbarkeit oder Uneindeutigkeit eher neue Probleme schaffen als zur Lösung der ursprünglich vorhandenen beizutragen. Wie Sie aus Problemen und Konfliktsituationen lösbare Aufträge entwickeln, lernen Sie in diesem ersten Modul.

Ihr Nutzen

Sie erlangen ein besseres Verständnis dafür, was Coaching in der Praxis bedeutet. Sie wissen, was Coaching von Training unterscheidet und in welchen Situationen Coaching eine sinnvolle Ergänzung für Training sein kann. Sie erkennen, weshalb die Auftrags- und Zielklärung wesentlich für den Coachingprozess ist und haben erste Auftrags- und Zielklärungen bereits selbst durchgeführt. Erst nach diesem Seminar entscheiden Sie, ob Sie an der weiteren Ausbildung definitiv teilnehmen wollen.



Modul 2

Arbeit mit Glaubenssätzen und grundlegende Coachingmethoden

„Probleme kann man niemals mit derselben Denkweise lösen, durch die sie entstanden sind.“ (Albert Einstein)

Dieser etwas augenzwinkernd formulierte Satz von Albert Einstein spiegelt eine Grundannahme des systemischen Coachings wieder: Wie wir auf die Dinge zugehen, ermöglicht ein bestimmtes Verhalten und verhindert ein anderes. Eingefahrene Vorstellungen darüber, wie die Welt und die Menschen um uns herum funktionieren, halten uns oft davon ab, mit Herausforderungen anders umzugehen. Beim Coaching unterstützen Sie Menschen dabei, solche sogenannten Glaubenssätze zu erkennen und kritisch zu hinterfragen. Dafür lernen Sie in diesem Modul zunächst einige Ihrer eigenen Glaubenssätze kennen und erfahren dann, wie Sie mit Glaubenssätzen Ihrer Coachees im Coachingprozess so arbeiten können, dass Raum für neue Lösungen entsteht.

Ihr Nutzen

Sie machen sich mit dem Konzept der Systemischen Wirklichkeit vertraut. Sie lernen, Glaubenssätze zu erkennen, mit ihnen zu arbeiten und sie in den Coachingprozess zu integrieren. Sie eignen sich die Coachingmethoden der Skulptur und des zirkulären Fragens an und können das Wertequadrat für die Zielentwicklung von Coachees einsetzen.

Coachingpraxis 1

Zwischen dem zweiten und dem dritten inhaltlichen Modul findet das erste Coachingpraxistreffen statt. Es bietet Ihnen die Gelegenheit, direkt mit Coachees zu arbeiten. Die Ausbildungsleiter und Ausbildungsleiterinnen und die Ausbildungsgruppe geben Ihnen dazu Feedback. So können Sie das, was Sie in den Modulen lernen, unmittelbar in die Praxis umsetzen und bekommen Rückmeldungen zu Ihrem Fortschritt.

Inhalte Modul 2:

- Das Konzept der „systemischen Wirklichkeit“
- Erkennen und Erweitern von Glaubenssätzen
- Umgang mit Glaubenssätzen im Coachingprozess
- Coachingmethoden: Skulptur, zirkuläres Fragen
- Arbeit mit dem Wertequadrat



Inhalte Modul 3:

- Unterschiedliche Konfliktstile
- Eigenes Konfliktverhalten kennen und lösungsorientiert einsetzen
- Konflikte im Team
Arbeit mit Soziogrammen
- Innere Konflikte: Arbeiten mit dem inneren Team, Technik der Teilarbeit
- Methode der Projektionsauflösung

Modul 3

Konfliktmanagement – Konflikt: Juchhu!?

Das chinesische Zeichen für Konflikt ist die Kombination aus den Zeichen für Gefahr und für Wachstum. Als wertvoller Bestandteil alltäglicher Kommunikation bieten Konflikte Chancen für Wachstum und Veränderung. Nur zu häufig gilt jedoch das Ideal, möglichst konfliktfrei durch das Arbeitsleben zu gehen. Dabei bedeutet Konflikt auch Kontakt – und wenn Konflikte gut gelöst werden, kann neues Vertrauen entstehen. In diesem Modul lernen Sie typische Konfliktmuster kennen und richten den Fokus auch auf Ihr eigenes Konfliktverhalten. So lernen Sie, in Konfliktsituationen lösungsorientiert zu moderieren – sei es in Teams oder in anderen Arbeitskontexten.

Ihr Nutzen

Sie lernen, Konflikte auch als Chance zu sehen. Über die Analyse des eigenen Konfliktverhaltens eignen Sie sich Methoden zur Konfliktbearbeitung in Teams oder zwischen zwei Parteien an. Um innere Konflikte zu klären, machen Sie sich mit dem Inneren Team vertraut und erlernen die Technik der Teilarbeit.

Coachingpraxis 2

Zweites Coachingpraxistreffen: Sie haben wieder die Gelegenheit, direkt mit Coachees zu arbeiten. Die Ausbildungsleiter und Ausbildungsleiterinnen und die Ausbildungsgruppe geben Ihnen dazu Feedback. So können Sie das, was Sie in den Modulen lernen, unmittelbar in die Praxis umsetzen und bekommen Rückmeldungen zu Ihrem Fortschritt.

Modul 4

Team- und Gruppencoaching



Wir sind immer Teil einer Gruppe bzw. eines Teams. In der Psychologie spricht man dann von einem Team, wenn zwei oder mehrere Personen über einen längeren Zeitraum miteinander interagieren, dabei ein gemeinsames Ziel verfolgen und in diesem Zusammenhang Verhaltensregeln für den Umgang miteinander entwickeln. Diese nicht immer expliziten Regeln beeinflussen, welche Rollen wir in Systemen annehmen und welches Zusammengehörigkeitsgefühl und Zusammenwirken entsteht. Die zentralen Bausteine des vierten Moduls bilden vor diesem Hintergrund die Arbeit mit Teams, Aspekte der Gruppenentwicklung und -dynamik und die typische Rolle, die Sie selbst darin einnehmen.

Ihr Nutzen

Sie kennen die Phasen von Gruppenprozessen und deren Einfluss auf die Produktivität. Sie lernen, mit interpersonellen Konflikten im Team umzugehen und Ihr eigenes Problem-, Problemvermeidungs- und Lösungsverhalten in Teams zu analysieren. Dabei werden Sie sich Ihrer eigenen Übertragungen und Projektionen bewusst.

Coachingpraxis 3

Drittes Coachingpraxistreffen: Sie haben wieder die Gelegenheit, direkt mit Coachees zu arbeiten. Die Ausbildungsleiter und Ausbildungsleiterinnen und die Ausbildungsgruppe geben Ihnen dazu Feedback. So können Sie das, was Sie in den Modulen lernen, unmittelbar in die Praxis umsetzen und bekommen Rückmeldungen zu Ihrem Fortschritt.

Inhalte Modul 4:

- Arbeiten mit Teams
- Teamcoaching
- Phasen von Gruppenprozessen
- Produktivität von Gruppen in Abhängigkeit von Gruppenprozessen
- Aufgaben und Rollen des Coaches im Teamcoaching



Inhalte Modul 5:

- Verschiedene Führungsansätze
- Führungspräferenzen/ Führungsstrategien
- Führung zwischen Selbstmanagement und Delegation
- Potenziale: fördern und fordern
- Lösungszentrierte Kommunikation
- Was bedeutet Führung beim Training und Coaching?

Modul 5 Führung

Etwas im Griff haben, jemanden anleiten und begleiten, einen Weg finden und vorangehen, auf andere einwirken – autoritär oder demokratisch: Der Begriff Führung kann in verschiedenen Zusammenhängen jeweils unterschiedliche Bedeutungen haben.

Führung ist der Versuch, steuernd und richtungweisend auf das eigene Handeln und das Handeln anderer Menschen einzuwirken, um eine Zielvorstellung zu verwirklichen. Exzellent führen heißt, Bedingungen zu gestalten, unter denen alle Geführten koordiniert, freiwillig und dauerhaft zu ihrer besten Leistung kommen. Das gilt auch für die eigene Person – nach dem Leitsatz: Wer andere führen will, muss erst sich selbst führen können.

Ihr Nutzen

Sie lernen in der Selbstreflexion, wie Sie authentische, wertschätzende Führungsinitiativen entwickeln und erkennen Ihre Führungspräferenzen in verschiedenen Situationen. So wird Ihnen zum Beispiel klar, wann Sie Führung aktiv übernehmen und wann Sie die Führung an einzelne Personen oder gar die gesamte Seminargruppe delegieren. Sie wissen um Ihre Kommunikations- und Führungsstrategien und können diese lösungsorientiert einsetzen.

Coachingpraxis 4

Viertes Coachingpraxistreffen: Ein letztes Mal haben Sie im Rahmen der Ausbildung die Gelegenheit, direkt mit Coachees zu arbeiten. Die Ausbildungsleiter und Ausbildungsleiterinnen und die Ausbildungsgruppe geben Ihnen dazu Feedback. So können Sie das, was Sie in den Modulen lernen, unmittelbar in die Praxis umsetzen und bekommen Rückmeldungen zu Ihrem Fortschritt.

Modul 6

Professionalität



Inhalte Modul 6:

- Selbstverständnis und Professionalität
- Stärken und Stolpersteine bezüglich Fach-, Kontext und Methodenkompetenz
- Übertragung des Gelernten in die eigene Coachingpraxis
- Eigene Motive für die Arbeit als Coach
- Transfer und Abschluss

Professionalität setzt sich aus drei Kernkompetenzen zusammen: der Fachkompetenz, der Methodenkompetenz und der Kontextkompetenz. Sie haben Fachkompetenz zum Beispiel in Ihrem Studienfach, Methodenkompetenz für die Gestaltung von Trainings und Kontextkompetenz für das Arbeitsumfeld der Unfallversicherungsträger. Welcher Kompetenzmix macht Sie als Coach am Ende dieser Ausbildung aus? Welche professionellen Kompetenzen haben Sie gewonnen und welche wollen Sie in Zukunft nutzen? In diesem Modul werden Fragestellungen zur Professionalität und zur Professionalisierung im Coaching behandelt. Zudem gibt es Raum für Ihre Standortbestimmung sowie für Zukunftsvisionen zur eigenen professionellen Entwicklung. Da dieses Modul der letzte Teil der Coachingausbildung ist, wird auch behandelt, wie sich Coaching- und Gruppenprozesse abschließen lassen.

Ihr Nutzen

Sie wissen um Ihre Fach-, Kontext- und Methodenkompetenz. Sie erkennen, in welchen Bereichen Sie Ihre Stärken wirkungsvoll einsetzen können, wo Sie sich selbst Stolpersteine stellen und wo Ihre Grenzen liegen. Dabei entwickeln Sie konkrete Ideen, wie Sie diese Erkenntnisse integrieren und die erworbenen Coachingtools nachhaltig in Trainings und Beratungen anwenden können.

DGUV Akademie

Königsbrücker Landstraße 2
01109 Dresden

www.dguv.de/akademie

Illustrationen: Brigitte Seibold, Prozessbilder, Johannesberg