

Coachuddannelse

Den effektive samtaleform



Indsigt skaber resultater

Coaching – vejen til bedre resultater

Axcept er en uddannelsesvirksomhed for mennesker i ledende eller coachende stillinger, og for personer, der går med en drøm om at blive selvstændig coach. Coaching gør deltageren i stand til at skabe resultater og fremdrift for sig selv og andre mennesker. Det er en gennemprøvet og resultatskabende metode til forandring.



“Konceptet bygger på undervisernes mange års erfaring med coaching, samt de bedste teorier og værktøjer inden for psykologi og kommunikation. Målet med uddannelsen er at give deltagere en række coachværktøjer, der er direkte anvendelige i hverdagen. Vi benytter kun testede og grundigt gennem-arbejdede teknikker, som vi ved, skaber den fremadrettede proces og de resultater, vi ønsker.

Indehaver
Birgitte Jepsen
Psykolog og professionel coach

Coaching - den effektive samtaleform

Coaching kan bruges effektivt i alle former for kommunikation - både i det daglige arbejde og privatlivet. Vores uddannelse henvender sig til ledere, mellemledere, rådgivere, terapeuter, undervisere og lignende, der beskæftiger sig med udvikling og fremdrift i det professionelle hverv. Derudover er uddannelsen også for de, der ønsker at blive selvstændig coach eller konsulent.

Som coach bliver den enkelte i stand til at udvikle sig selv og andre via effektive coachværktøjer. Coaching bruges til at styrke personlige og faglige kompetencer samtidig med, at det skaber nye muligheder, større bevidsthed, mere motivation og viser vejen frem.

Coaching anvendes til mange formål og bruges bl.a. til at løse konflikter og problemer på arbejdspladsen. Det er godt til stresshåndtering og kan være med til at udfordre og udvikle de menneskelige ressourcer og egenskaber samtidig med, at det konkretiserer mål, visioner, strategier og handlinger.

Eksempler på anvendelse:

- Udviklings- og personalesamtale
- Vejledende samtale
- Intern karriereplanlægning
- Konflikthåndtering
- Samarbejdsvanskeligheder
- Stress og udbændthed
- Ressourcetilførsel
- Nytænkning
- Værdiafklaring
- Målsætning
- Handlestrategi
- Projektarbejde
- Evaluering



Det er resultatet, der tæller

Det er vigtigt for os, at vores deltagere får et optimalt udbytte af uddannelsen, og at de klædes på til at yde coaching på det kvalitetsmæssige niveau, erhvervslivet fordrer, samt at vi opfylder deltagerens behov og forventninger. Vi ved, at vores succes afhænger af deltagerens succes!



Coaching i praksis – set med deltagerens øjne

Der er altid en løsning.

Jeg er leder for 230 dagplejere og 12 dagplejepædagoger, og bruger ofte coaching i min dagligdag. Inden, jeg tilegnede mig coachværktøjerne, var det ofte mig, der i god tro kom med de "rigtige" svar. Nu er jeg klar over, at hvis forandringer skal have effekt, skal idéer og løsninger komme fra medarbejderen selv.

Jeg bruger coaching både til sygesamtaler og udviklingsprocesser af den enkelte medarbejder og som en metode i gruppecoaching. Her løser coaching de problemer, der kan opstå. Selvom problemstillingerne kan være store, finder vi altid en løsning, og det giver både medarbejderne og mig en rigtig god tilfredsstillelse.

Kim Bertelsen,

Leder af den kommunale dagpleje, Sønderborg.

Bedre forståelse.

Når jeg arbejder med mennesker, prøver jeg altid at tænke bagom. Jeg forsøger at forstå, hvad dette menneske tænker og føler. På denne måde, oplever jeg, at mit udgangspunkt for en effektiv coaching bliver bedre.

I min verden er det en gave at kunne coache. Dejligt at have et værktøj, som jeg kan vælge at bruge på mig selv eller på de mennesker, jeg arbejder med.

Undervisningen hos Axept foregår på et højt plan på flere forskellige niveauer, og ender til sidst med at gå op i en højere enhed. Underviserne er 100% kompetente og møder deltagerne, hvor de er – hver gang.

Poul Zielke,

Selvstændig coach.
Mentormind, Fredericia

Motivation til mere

Jeg bruger coaching til samtale med medarbejdere, som ønsker hjælp til selvhjælp. Emnerne kan f.eks. være trivselsproblemer på arbejdet. Jeg rådgiver og vejleder, men når der skal foretages holdbare ændringer på den personlige plan, fungerer det bedst, når det er medarbejderne selv, der kommer frem til, hvad de kan gøre for at skabe forandringer. På uddannelsen lærer vi den anerkendende form for coaching, hvor der tages udgangspunkt i nuet og fokuseres på muligheder, hvilket har en meget stor motiverende effekt. Axept har med deres uddannelseskoncept gjort mig godt rustet til at bruge de indøvede værktøjer i dagligdagen.

Hanne Sørensen,

Ergoterapeut Miljø & BST
Bang & Olufsen, Struer



Certificeret coachuddannelse

Uddannelsen er modul opdelt, hvor hvert modul behandler forskellige emner, skræddersyet til erhvervslivet. Jo flere moduler – jo mere indsigt, større forståelse og flere værktøjer opnås. Undervisningen foregår på et højt fagligt niveau - i en skøn forening af seriøsitet, latter og personligt engagement, og leveres af en række velkvalificerede undervisere med lang erfaring i branchen.

Axepts coachuddannelse følger de internationale standarder, formuleret af International Coach Federation. Den endelige certificering bygger på iagttagelser gennem uddannelsen, et godkendt skriftligt projekt, demonstration af coaching i praksis samt skriftlig evaluering af præsenterede teorier, modeller og værktøjer.

For at blive certificeret forventes desuden, at:

- Deltageren har trænet coaching mellem modulerne og indsamlet dokumentation herpå.
- Der er arbejdet med coachskemaer og -modeller samt indsamlet dokumentation herpå.
- Der under uddannelsen deltages i 4 coachsessions* hos én af Axepts tilknyttede professionelle coaches.
*Afregning for denne ydelse er uden for uddannelsesprisen.

Et valg af muligheder

Coachuddannelsen består af 5 moduler, som alle skal gennemføres for at opnå certificering.

Modul 1 fremstår som et selvstændigt kursus for deltagere, der ønsker en introduktion til coaching-universet og de overordnede værktøjer. Derudover tilbyder Axept en række overbygningsmoduler til certificerede coaches og her kan nævnes:

- **Stress coaching**
- **Ledelses coaching**
- **Gruppe coaching**
- **Konflikt coaching**
- **MP test til coaching**
- **Netværksdannelse**

Ønsker du yderligere informationer, eller vil du se de øvrige ydelser, Axept tilbyder, så klik ind på www.axept.dk. Her er masser af muligheder!



De 5 coach moduler

Herunder kan du læse om indholdet i de enkelte coach moduler. For alle moduler gælder, at der præsenteres nye modeller og værktøjer, som kræver træning mellem modulerne. På uddannelsesdagene vil der ud over oplæg være demonstration af coaching samt træning af værktøjer med feedback fra deltagere og coachtrænere.

 Modul 1	Coaching	Varighed 4 dage
	<p>Modul 1 er en introduktion til coaching. Vi arbejder med coaching som model og værktøj, og deltagerne introduceres til, hvordan man agerer som personlig coach i hverdagens kommunikative sammenhænge. Via øvelser med forskellige kommunikationsværktøjer fokuseres der på integration af strukturen i</p>	<p>en coachsession. Modulet beskæftiger sig også med forberedt og situationsbestemt coaching af enkeltpersoner, hvor fokus er at assistere personer til at blive "herre i eget hus". Modul 1 er et selvstændigt kursusforløb med afsluttende kursusbevis, og er tillige første del af coachuddannelsen.</p>
 Modul 2	Coachværktøjer	Varighed 3 dage
	<p>På modul 2 får deltagerne de bedste, mest virkningsfulde værktøjer og modeller til anvendelse i coaching og den coachende samtale. Efter dette modul vil deltagerne være i stand til at yde velkvalificeret coaching i egen praksis som f.eks. leder, medarbejder, konsulent, behandler, coach etc.</p>	<p>Deltagerne får mulighed for at arbejde med tests til brug i den personlige og professionelle coaching. Voksenpsykologi, krisehåndtering, spørgedimensioner, målspecificering, uddybende og udfordrende coaching er eksempler på nogle af de temaer og teknikker, der arbejdes med på dette modul frem mod en personlig og professionel coachstil.</p>
 Modul 3	Coaching og personlig empowerment	Varighed 3 dage
	<p>Dette modul handler om empowerment, tilstande, konfronterende coachteknikker, motivation, kognition, minut-, telefon- og cybercoaching. Her præsenteres nogle af de mest værdifulde og yderst effektive mekanismer i den powerfulde coaching.</p>	<p>Vi har fokus på mentale mekanismer, personlig power, begejstring, proaktiv indstilling, drømme m.m. som drivkraftfaktorer i coachprocessen. Desuden arbejder vi bl.a. med teknikker til konkretisering af mål og værdier, bevidstgørelse af personlige ressourcer, intensivering af mål og evne til personlig synlighed.</p>
 Modul 4	Værdibaseret coaching	Varighed 3 dage
	<p>På modul 4 udforsker, udbygger og styrker vi de vigtigste komponenter og temaer i en coachsession. Vi går et lag dybere og lærer om den systemiske tankegang. Vi ser på værdiernes betydning for både de personlige og arbejdsmæssige mål. Der præsenteres og arbejdes med virksomme coachmodeller - inspireret af kontekst begrebet,</p>	<p>værdianalyser og livshjul til brug i mange arbejdsmæssige og personlige sammenhænge. Deltagerne internaliserer de mange forskellige coachredskaber og eksperimenterer med at finde deres egen personlige coachstil og coachidentitet. Den personlige udvikling og kunnen af de opnåede coachkompetencer er i centrum.</p>
 Modul 5	Kompetent coaching	Varighed 4 dage
	<p>Modul 5 byder på finpudsning af de allerede præsenterede, skabte og integrerede teknikker, strukturer og erfaringer m.m. Derudover fokuseres der på en yderligere kvalificering af den enkeltes coachstil og -rolle til opnåelse af den virkelige personlige, kompetente og excel-lente coaching.</p>	<p>Ideer til kreativ coaching er et meget spændende tema på dette modul ligesom kognitiv coaching lanceres som model til dybdecoaching. Desuden præsenterer kursisterne egne projekter, og certificeringen finder sted på modulets sidste dag.</p>

De 4 undervisere

● Psykolog og
professionel coach
Birgitte Jepsen

● Konsulent og
professionel coach
Erik Juul

● Konsulent og
professionel coach
Annette Adelhardt

● Jurist og
professionel coach
Sanne Vahlun



De 5 korte om Axept

- Axept er en anerkendt kursus- og uddannelsesvirksomhed, der har stor erfaring med coaching, kommunikation og personlig udvikling.
- Axept har udviklet en coachuddannelse, som sætter coachen i stand til at igangsætte en personlig udviklingsproces, øge de faglige kompetencer og fastholde en løbende motivation og empowerment hos den coachede person.
- Axepts undervisere er yderst kompetente og har mange års erfaring i undervisning, coaching og konsulentvirke.
- Axepts mission er at udbyde kurser og uddannelser, der giver den enkelte deltager størst muligt udbytte.
- Axepts målsætning er, at deltageren opnår 100% tilfredshed, hvorfor kurser og uddannelsesmoduler løbende justeres og aktualiseres med sidste ny viden.

Øvrige coaches

Udover de faste undervisere er en række selvstændige coaches tilknyttet Axept.



Anders Legarth
Brødsgaard



Birgitte Phillip
Brinch



Jørgen Krogh
Hessellund



Tina
Fleischhauer

