



## Coaching OA

### Wegleitung und Information

### Für das Zertifikat und das Diplom

#### Was ist Coaching?

Coaching ist eine **Prozessbegleitung** für berufliche oder private Inhalte auf einer Basis von gegenseitiger Akzeptanz, Transparenz und Kongruenz. Dabei wird das **System und das Systemumfeld** des Kunden mitberücksichtigt auf der Suche nach einer passenden Lösung. Diese Lösung erarbeitet die **Kundin/der Kunde** mit Hilfe erhöhter **Selbstreflexion** und Selbstwahrnehmung, unter Einbeziehung seiner bewussten und unbewussten **Ressourcen**. Der Coach unterstützt diesen Lösungsfindungsprozess mit **Fragen** und einem kreativen Methodenkoffer, je nach Bedürfnis der Kunden und der Situation.

#### Der Blick auf Lösungen

Im Coaching geht es nicht darum, Schweres als schwer zu erkennen, sondern Schweres durch Mögliches leicht zu machen. Es geht darum, Ressourcen zu mobilisieren, positive Erfahrungen und Handlungen zu vervielfältigen und Lösungen zu erkennen.

#### Praxislehrgang

In unserem Lehrgang legen wir einerseits den Schwerpunkt auf einen fundierten theoretischen Hintergrund, andererseits wissen wir, dass Coaching nur im TUN erlernbar ist. Daher liegt ein weiterer Schwerpunkt auf der Umsetzung der präsentierten Methoden und Werkzeuge mit anschließender Reflexion im Lehrgang und in selbstorganisierten Peergroups.

#### Wozu diese Ausbildung?

Zusammen mit ihrem Lebensrucksack konzipieren sie in diesem Lehrgang ihren eigenen Standort in der Wirtschaft, in ihrem Unternehmen, an ihrer Arbeitsstelle oder werden als Coach selbständig.



## Welche Themen findet ein Coach vor?

- Förderung der methodischen, konzeptionellen und sozialen Kompetenzen
- Unterstützung im Selbstmanagement
- Erarbeitung von Lösungen aktueller Probleme
- Strategien zur konstruktiven Konfliktlösung
- Gestaltung und Begleitung von Veränderungsprozessen
- Führung von Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen
- Bewusste Persönlichkeitsentwicklung
- Neue Perspektiven eröffnen, die erfolgreiches Handeln möglich macht
- Eine Übersicht gewinnen
- Ressourcen aktivieren

## Erfolg – Ressourcen – Lösung – Ziel – und System

sind Stichworte für die Coachingarbeit und bei der Ausbildung zum Coach OA

## Navigation über die Coachingsbildungen mit verschiedenen Abschlüssen

Coaching	Zert. Coach OA	Dipl. Coach OA
<b>Teilnahmebestätigung in Coaching</b>  14 Kurstage  Dauer: 6-9 Monate	25 Kurstage  Dauer: ca. 1 Jahr	42 Kurstage  Dauer: ca. 2 Jahre
<b>Zielgruppe:</b>  Personen, die <ul style="list-style-type: none"> <li>• Coaching erlernen möchten;</li> <li>• mit Tools arbeiten wollen, um sich und andere hilfreich in Veränderungsprozessen zu begleiten;</li> <li>• eine eigene grössere Standortbestimmung machen wollen.</li> </ul>	<b>Zielgruppe:</b>  Personen, die mit einem Zertifikat ausweisen wollen, dass Sie in der Lage sind, private und berufliche Anliegen kompetent und hilfreich zu begleiten.	<b>Zielgruppe:</b>  Personen, die mit einem Diplom belegen wollen, dass sie <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine ausführliche Coachingsausbildung absolviert haben;</li> <li>• in der Lage sind, auch komplexere Anliegen kompetent und hilfreich zu begleiten.</li> </ul>

## Navigation über die Abschlüsse in den Coachingausbildungen

		<b>Dipl. Coach OA</b> 42 Kurstage Dauer: ca. 2 Jahre
		<b>Diplommodul</b> 3 Kurstage
		<b>Supervision (5 h)</b>
		<b>Coaching Plus</b> 10 Kurstage
	<b>Zert. Coach OA</b> 24 Kurstage Dauer: ca. 1 Jahr	<b>Gruppenmodul</b> 5 Kurstage, 4 im Block extern Abschluss AdA-FA-M2 SVEB
	<b>Zertifikationstag</b> 1 Kurstag	<b>Zertifikationstag</b> 1 Kurstag
	<b>Kompetenzmodul</b> 3 Kurstage	<b>Kompetenzmodul</b> 3 Kurstage
<b>Coaching Teilnahmebestätigung in Coaching</b> 14 Kurstage, Dauer: 6-9 Monate	<b>Systemische Beratung</b> 6 Kurstage	<b>Systemische Beratung</b> 6 Kurstage
<b>Coachingmodule 1-5</b> 14 Kurstage	<b>Coachingmodule 1-5</b> 14 Kurstage	<b>Coachingmodule 1-5</b> 14 Kurstage

## Alle diese Formate:

- sind praxisorientiert, mit vielen Übungen
- modular zusammenstellbar, die Reihenfolge oft nicht zwingend
- werden humorvoll, spannend und kompetent unterrichtet
- begleiten jede teilnehmende Person individuell und massgeschneidert
- bieten Möglichkeiten, sich in Spezialbereichen zusätzlich zu vertiefen (Wie bieten Vertiefungen im Bereich Business Coaching, Scheidungs- und Trennungcoaching und Erziehungsberatung an).

## Anwendungsbereich

Wir haben schon hunderte von Coachs ausgebildet.

- Einige sind selbständig geworden.
- Andere haben einen internen Karriereschritt vorgenommen.
- Einige haben einen kompletten Richtungswechsel vorgenommen und sich dadurch einen Traum erfüllt.
- Andere können ihren Berufsalltag leichter und unbelasteter gestalten, da sie für sämtliche Gespräche ihre positive Haltung und den Methodenkoffer mit dabei haben.
- Alle ehemaligen Teilnehmenden berichten, dass die Ausbildung nicht nur beruflichen Vorwärtkommen ermöglichte, sondern auch privat ein Gewinn war.



*Die Onken Academy möchte das Besondere und das Potenzial jeder teilnehmenden Person in den Entfaltungsprozess bringen: achtsam, klar und erneuernd.*

*Wir begleiten während den Lehrgängen die Teilnehmenden ins Neue und Unbekannte, bündeln Wissen und erweitern Kompetenzen: frisch, übersichtlich und Halt gebend.*

*Dazu offerieren wir eine authentische Wertschätzung und eine hohe Qualität, die getragen ist durch ständige Evaluationen, gehaltvolle Lertiefe und überraschende Virtuosität: sprachgewandt, humorvoll und vernetzt.*

*Am Ende der Lehrgänge freuen wir uns mit den Teilnehmenden über die gewachsenen Früchte und die reichhaltige Ernte: nährend, genussvoll und facettenreich.*

## Inhalte, Kosten und Leitung

Modul	Inhalte	Leitung
<b>Coachingmodule 1-5</b> <b>14 Tage</b> <b>CHF 4200.-</b>	<p><b>Modul 1: Get started</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einführung in die systemisch-konstruktivistische Theorie</li> <li>• Haltung und Spielregeln im Coaching</li> <li>• Einführung in die systemischen Fragen</li> <li>• Einführung in den Coaching-Gesprächsablauf</li> <li>• Methoden: Übung und Auswertung.</li> </ul> <p><b>Modul 2: Systemisches Stellen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verschiedene Variationen systemischen Stellens</li> <li>• Methoden: Übung und Auswertung</li> </ul> <p><b>Modul 3: Hypnosystemik</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hypno-systemische Theorie</li> <li>• Methoden: Übung und Auswertung</li> </ul> <p><b>Modul 4: Embodiment</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was der Körper zu Lösungen beitragen kann.</li> <li>• Methoden: Übung und Auswertung</li> </ul> <p><b>Modul 5: Qualitätssicherung und Evaluationen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vertiefung des Gelernten mit erhöhter Selbstreflexion</li> <li>• Qualitätssicherung im Coaching</li> <li>• Präsentationen von Büchern und Coachingkonzepten</li> </ul>	Maya Onken Martina Flury
<b>Systemische Beratung (C1, C2), 6 Tage</b> <b>CHF 1700.-</b>	<p><b>C1: Basis für gelingende Gespräche</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Systemtheorie</li> <li>• Kommunikationsmodelle</li> <li>• Werte und Haltungen</li> <li>• Herkunftsfamilie als Ressourcenpool</li> </ul> <p><b>C2: Care Consulting</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wertesysteme und Bedürfnislandkarten: Gründe für Lebensgestaltung und Konflikte</li> <li>• Möglichkeiten der Eigenfürsorge und Abgrenzung</li> <li>• Resilienz.</li> </ul>	Martina Flury Isolde Baur Maya Onken
<b>Kompetenzmodul, 3 Tage</b> <b>CHF 870.-</b>	<p><b>Talent- und Kompetenzmanagement</b></p> <p>Standortbestimmung und Profilpositionierung</p>	Maya Onken

Modul	Inhalte	Leitung
<b>Zertifizierungstag</b> <b>Inkl. Korrekturen und Zertifizierung</b> <b>CHF 590.-</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Live Coaching inkl. Auswertung</li> <li>• Verleihung eines Zertifikates bei angenommenen Lernnachweisen (siehe letzte Seite)</li> </ul>	Maya Onken Martina Flury
<b>Gruppenmodul</b> Blocktage extern + 1 Tag Uster <b>CHF 1980.-</b> exkl. Hotel	<b>Gruppenprozesse und Gruppendynamik</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Störungen, Konflikte: deren Analyse und Interventionsmöglichkeiten</li> <li>• psychologische Aspekte in Familien und Gruppenkonstellationen</li> <li>• erhöhte Eigenreflexion</li> </ul>	Julia Onken Maya Onken
<b>Coaching Plus</b> 10 Tage <b>CHF 2960.-</b>	Vertiefung in verschiedene Coachingthemen mit verschiedenen Fachdozenten  Freie Wahl der Workshops	Verschiedene Fachexperten
<b>Diplommodul</b> 3 Tage <b>CHF 1360.-</b>  inkl. Prüfungsgebühr und Diplomierung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Live Coaching mit Assessment</li> <li>• Verleihung des Diploms bei angenommenen Lernnachweisen</li> </ul>	Maya Onken Martina Flury



## Kosten insgesamt

<b>Gesamtbuchung Zertifizierungslehrgang</b>	<b>CHF 6980.-</b> (anstatt CHF 7360.-)	12 x CHF 600.-
<b>Gesamtbuchung Diplomlehrgang</b>	<b>CHF 12'960.-</b> (anstatt CHF 13 680.-)	24 x CHF 560.-

## Übersicht über die Nachweise

Grundstudium mit Zertifikationsabschluss	Lernnachweise
<b>Coachingmodule 1-5</b> 14 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Literaturstudium -Buchvorstellung</li> </ul>
<b>Systemische Beratung</b> 6 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 Beratungsgespräche</li> </ul>
<b>Kompetenzmodul</b> 3 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ein Informationsdossier</li> <li>• Eine Reflexion</li> </ul>
<b>Zertifizierungstag</b> 1 Tag	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Beratungskonzept</li> <li>• Live-Coaching</li> </ul>
Vertiefung mit Diplomabschluss	Lernnachweise
<b>Coaching plus</b> 10 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pro Dozent 1 Methode in Gespräch ausprobiert, protokolliert und ausführliche Reflexion dazu</li> </ul>
<b>Gruppenmodul</b> 5 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lerntagebuch 2-5 Seiten, freiwillig eine Fallanalyse</li> </ul>
Diplomierung	Lernnachweise
<b>Diplommodul</b> 3 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 5 h Supervision</li> <li>• 15 Peergroup Gespräche</li> <li>• Eine Diplomarbeit, ca. 20-25 Seiten, welche das Thema vertieft</li> <li>• Präsentation der Ergebnisse</li> <li>• Live-Coaching</li> </ul>

\*Für einen Zertifikatsabschluss sind zusätzlich die 15 Peergroup Gespräche verlangt.



**Wir beraten Sie gerne. Rufen Sie uns an:**

**Tel. 0041 (0)43 211 00 11**

**Info@onkenacademy.ch**

Wir führen immer wieder **Infoevents** durch, kommen Sie vorbei. Daten  
auf der Homepage

[www.onkenacademy.ch](http://www.onkenacademy.ch)

Sie können auch gerne in einen bestehenden Lehrgang  
**hineinschnuppern.**

