

Haltestellen:

Radio Bremen / VHS
Linie 2, 3, 25
Am Brill Linie 1, 26, 27
Doventor 3, 5

Fahrradstellplätze:

am Haus, Faulenstraße,
Neuenstraße

Parkhäuser:

Stephani,
Am Brill



www.vhs-bremen.de
facebook.com/vhsbremen

Bremer Volkshochschule

vhs am Bahnhof
Breitenweg 2
28195 Bremen

Anmeldung

Berufliche Bildung
Michaela Machinek
Tel. 0421 361-3675
Fax 0421 361-15493
beruf@vhs-bremen.de

Volkshochschule
Adult Education Center
Université Populaire

**Berufliche Weiterbildung
„Systemisches Coaching“**

Weiterbildung zur*/zum* Coach, zertifiziert nach den
Standards der Deutschen Gesellschaft für Coaching
(DGfC)

Start 12. November 2021
VA-Nr. 202M60-500



Systemisches Coaching

bedeutet, wie auch in der Coaching-Praxis, die vorhandenen Kompetenzen und Ressourcen der Teilnehmer*innen weiterzuentwickeln. Dieses geschieht durch einen individuellen und an die Bedürfnisse der Weiterbildungsgruppe angepassten Ansatz der Wissensvermittlung. Hierbei arbeiten wir mit allen kreativen Methoden aus den systemischen lösungsorientierten Ansätzen und mit Ideen aus der Hypnotherapie, den hypnosystemischen Ansätzen, dem NLP, dem Psychodrama, der Kommunikationspsychologie und der Erlebnispädagogik. Durch das Einbringen an persönlichen Themen aus dem beruflichen und privaten Umfeld der Teilnehmenden findet ein intensiver Austausch über reale Fragestellungen statt. In kleinen Gruppen werden die vermittelten Inhalte und Themen praktisch erprobt. Ein besonderer Fokus dieser Weiterbildungen liegt in der Selbstreflexion und Selbsterfahrung.



Wir bieten Ihnen

eine praxisnahe Weiterbildung zum Systemischen Coach/Berater*in, in der die persönlichen und professionellen Ressourcen und Potenziale erkannt und gefördert werden.

Ziele dabei sind

- die Optimierung und Erweiterung von vorhandenen Führungs-/Beratungskompetenzen
- das Kennenlernen systemischer Methoden, um als Coach/Berater*in andere Menschen professionell zu unterstützen
- das Reflektieren und Entwickeln einer eigenen persönlichen Haltung als systemischer Coach/Berater*in

Zugangsvoraussetzungen

- Abgeschlossenes Studium oder abgeschlossene Berufsausbildung
- Mindestens 3-jährige Berufserfahrung in den Feldern Beratung, Leitung und/oder Bildung, dabei muss der Umfang dieser Tätigkeit mindestens dem einer Viertelstelle entsprechen. Langjährige Erfahrung mit geringerem Stellenanteil im gleichen Gesamumfang kann anerkannt werden
- Soziale Kompetenz und die Bereitschaft zur Selbstreflexion
- Mindestalter: 28 Jahre
- Erfahrungen als Coachee sind wünschenswert.

Die Genehmigung von Ausnahmen erfolgt über den Zertifizierungsausschuss der DGfC.

1. Einführung in die Grundlagen Systemisches Coaching

- Einführung in die systemische Coachingpraxis
- Rollenklärung und Grundhaltung als systemischer Coach
- Selbstbilder - Menschenbilder
- Systemisch-konstruktivistisches Denken und Handeln und gemeinsame Reflexion zur Bedeutung des systemischen Denkens im Coaching
- Kennenlernen und Etablierung der Seminargruppe als Arbeitsinstrument
- Orientierung und Entwicklung eines persönlichen Zielspektrums
- Reflexion persönlicher Stärken und Entwicklungsfelder
- Der Coachingprozess
- Wirklichkeitsebenen und Anknüpfung in der professionellen Begegnung: Aufbau einer tragfähigen Beziehung im Coaching

2. Systemische Fragetechniken und systemische Grundhaltung

- Vom Problem zur Lösung, Zielklärung im Coaching, Hypothesenbildung
- Systemische Fragetechniken, Zuhören und Paraphrasieren, Fragen zu Wirklichkeits- und Möglichkeitskonstruktionen
- Elemente systemischer Kurzzeitberatung, Referenzrahmen und Umdeutungsmöglichkeiten
- Kommunikations- und Interaktionsphänomene
- Systeme in Selbstorganisation (Autopoiese)
- Potenzialhypothese
- Beobachtung, Beobachter*innen und Beobachtete (Kybernetik 2. Ordnung)

3. Analoge Verfahren und Ressourcenarbeit im Coaching

- Nutzung von analogen Verfahren und Visualisierungsmöglichkeiten, Visualisierungen von sozialen Systemen
- Systemaufstellungen als Informations- und Veränderungsinstrument, die Arbeit mit dem Aufstellungsbrett
- Time-Line-Arbeit, vertiefende Ressourcenarbeit im Coaching und körperorientierte Verfahren

4. Kommunikation und Selbstwert im Coaching

- Unterschiedliche Kommunikations- und Feedbackmodelle
- Gestaltungsdynamik bei „Stresserleben“, „Lösungs“dynamik bei Stresserleben, Arbeit mit inneren Prozessen
- Werte und Prinzipien, Identifikation der eigenen Werte, würdigend, kraftvoll und authentisch kommunizieren
- Multiplizitätsmodelle (innere Teamkonferenzen und Seiten-Modelle), Achtsamkeit im Umgang mit den eigenen inneren Anteilen und ihren berechtigten Bedürfnissen
- Gefühle als Ausdruck unserer Bedürfnisse, die Fähigkeit zur Selbsteinfühlung, Selbstwert(schätzung)

5. Hypnosystemische Ideen im Coaching

- Imaginationen und Trancephänomene
- Fantasiereisen ins Zielerleben, Externalisierungstechniken, Spiritualität im Coaching, Trance und Selbsthypnose, Achtsamkeitskonzepte
- Arbeit mit Symbolen und Ritualen, Arbeit mit Metaphern, Geschichten und Filmen, Narrative Ansätze, Entwickeln eines Zukunftsfilms

Weberbildungsinhalte in den einzelnen Blöcken

6. Systemisch-kreatives Konfliktmanagement

- Systemisches Konfliktmanagement/-coaching
- Selbstcoaching-Übungen zur Klärung bei Entscheidungskonflikten, die Tetralemma Aufstellung, Beratung in Triaden-situationen, Konfliktklärungshilfen
- Gruppenstruktur-Gruppendynamik, Ziel-findung und Zielarbeit in Gruppen
- Skulpturen und Systemaufstellungen als Metaphern in Raum und Zeit

7. Vertiefung von systemischen Methoden

- Kompetenz- u. lösungsfokussierende Arbeit mit der Herkunftsfamilie, Berufsgenogramm
- Genderaspekte und Diversity Management
- Erfolgsmessung im Coaching
- Umgang mit sogenanntem Widerstand, Co-Coaching, Übertragung/Gegenübertragung im Coaching
- Umgang mit sogenannten schwierigen Situationen im Coaching, Kollegiale Beratung, reflektierendes Team, Systemisch-szenisches Arbeiten

8. Systemische Interventionen für die Arbeit mit Gruppen und Teams

- Diagnoseverfahren bei Teamentwicklungsaufträgen, analoge Verfahren
- Erlebnisorientierte Gruppen/ Team-Übungen, Team-Choreographien, Großgruppenmethoden zur Anregung von Veränderungsprozessen
- Vorbereitung auf das eigene Abschlussprojekt

9. Systemisch führen und geführt werden

- Grundbedürfnisse von Menschen in sozialen Systemen
- Kommunikation und Kooperationsprozesse mit Beteiligten in Systemen und ihren Rollen, (Mit-) Gestaltung von Prozessen
- Feedback-/Feedforward-Prozesse, Restriktions-Modell, Ermutigungs- und kompetenzaktivierende Mitarbeiter*innen Gespräche
- Ziel/-Sinn- Entwicklung

10. Coachen mit Vision

- Naturcoaching und Visionssuche, die Wiederentdeckung des Waldes als Visionsraum
- Überblick und Einführung in die Struktur einer Visionsreise, den Zugang zu den eigenen Visionen finden
- Ziele- und Visionssuche als Coachingprozess

Hinweis: dieser Block wird an einem Seminartag in einem Naturerlebnis im Raum Bremen und draußen durchgeführt.

11. Auswertung und Abschlusskolloquium

- Beenden von Coachingprozessen
- Abschlussinterventionen und der psychologische Hintergrund von Abschieden/ Abschlüssen
- Auswertung und Abschlusskolloquium

Kosten

Teilnahmegebühren:

€ 3.400,00

(Ratenzahlung kann vereinbart werden). Hinzu kommen Kosten für das Lehrcoaching, die direkt mit den Lehrcoaches abgerechnet werden (ca. € 1.500).



Veranstaltungsort

vhs im Bamberger
Faulenstr. 69
28195 Bremen

Info-Veranstaltung mit den Dozentinnen

05.10.2021 18:00 Uhr

vhs im Bamberger
Faulenstr. 69
28195 Bremen

Anmeldung und Information

Berufliche Bildung

Michaela Machinek
Tel.: 0421 361-3675
Fax: 0421 361-15493
beruf@vhs-bremen.de

Veranstaltungsdaten

Zeitraum:

Beginn: 12.11.2021, Abschluss: 03.09.2023

1. Block 12.11. – 14.11.2021 (20 USt.)
2. Block 15.01. – 16.01.2022 (17 USt.)
3. Block 05.03. – 06.03.2022 (17 USt.)
4. Block 22.04. – 24.04.2022 (20 USt.)
5. Block 25.06. – 26.06.2022 (17 USt.)
6. Block 02.09. – 04.09.2022 (21 USt.)
7. Block 12.11. – 13.11.2022 (17 USt.)
8. Block 03.02. – 05.02.2023 (20 USt.)
9. Block 22.04. – 23.04.2023 (17 USt.)
10. Block 24.06. – 25.06.2023 (17 USt.)
11. Block 02.09. – 03.09.2023 (Abschlusskolloquium, 17 USt.)

Bestandteile der Weiterbildung

Die Weiterbildung umfasst 26 Kurstage mit insgesamt 200 USt. á 45 Minuten innerhalb von 23 Monaten in Blöcken an zwei bis drei Tagen.

Die Kurszeiten sind

Samstag 11.00 – 18:30 Uhr

Sonntag 10.00 – 17:30 Uhr

Block 1, 4, 6 und 8 zusätzlich auch

Freitag 17.00 – 19:30 Uhr,

Block 6 16.15 – 19:30 Uhr

Erforderliche Eigenleistungen außerhalb der Veranstaltungsblöcke:

- Selbstorganisierte Peergruppenarbeit im Umfang von 48 Unterrichtseinheiten zu je 45 Minuten an mindestens 6 Tagen
 - Bei einer/einem anerkannten DGfC Lehrcoach sind 10 Sitzungen Lehrcoaching* zu je 90 Minuten zu absolvieren
 - Nachweis von eigenen Coachingprozessen im eigenem oder einem fremden Arbeitsfeld im Umfang von 15 Sitzungen zu je 90 Minuten
- * Die Kosten für das Lehrcoaching sind nicht in der Teilnahmegebühr enthalten.*
- 100 USt. Einzelarbeit für Praxisaufgaben, Lektüre, Dokumentation einer Selbstreflexion/ Lernerfahrungen über den gesamten Weiterbildungszeitraum. In diesen Dokumentationen sollen das eigene Verständnis von Coaching, die eigenen Lernerfahrungen und die eigene Grundhaltung reflektiert werden und soll der eigene Entwicklungsprozess als Coachpersönlichkeit dargestellt werden.
 - Erstellung der Abschlussarbeit mit der Darstellung des Selbstverständnisses als Coach.
 - Kolloquium: Teilnahme am Abschlusskolloquium dessen Gegenstand der Entwicklungsprozess als Coach und die Abschlussarbeit ist. Präsentation (entweder Einzelpäsentation oder eine Gruppenpräsentation) und Fachaustausch zu einem Coachingschwerpunkt mit Kompetenzfeedback durch Kursleitung und Teilnehmende.



Kursleitung

Jacqueline Graumann

58) Soziologin (M.A.)
Lehrende Coach, Systemische Coach (DGfC), Systemische Supervisorin (Zertifizierung anerkannt beim DGSv und DGSF), Systemische Trainerin, Betriebswirtin (Staatl. geprüft) mit dem Schwerpunkt Personalwesen.

Seit 2009 Weiterbildnerin und Gründerin des Systemischen Trainingsinstituts Westwind – Kompetenzaktivierende Weiterbildung für Beruf und Persönlichkeitsentwicklung in Schleswig-Holstein. Seit über 20 Jahren Erfahrungen als Systemische Trainerin und Systemische Coach/Beraterin in den Arbeitsfeldern Gesundheitswesen, Pädagogik, Personal & Führung, Interkulturelle Bildungsarbeit.

Beratung und Coaching mit den Schwerpunkten systemisch-konstruktivistisches Arbeiten im Coaching/ Supervision und Training, Kommunikation, Konfliktmanagement, Selbstsicherheit, Lebensbalancethemen und Gestaltung von Veränderungsprozessen, Karriereberatung.

Seit 2012 Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Coaching e.V. und akkreditierte Weiterbildnern (DGfC)

Daniela Forner

(51) Diplomjuristin mit dem Schwerpunkt Arbeitsrecht und Wirtschaftrecht, Systemische Coach DGfC und Lehrtrainerin.

Seit über 17 Jahren berufliche Tätigkeiten als Personaltrainerin und Coach. Moderation und Seminarleitung für Teamentwicklung und systemische Führung, Gender und Diversity. Ausgebildet in Kommunikation- und Konfliktlösungen (u.a. nach Virginia Satir und Marshall Rosenberg). Projekterfahrungen in der Erlebnispädagogik- und Erlebnistherapie mit Erwachsenen (Kooperative Teamspiele und Visionsuche).

Seit 2009 selbständig tätig als systemische Coach und Co-Trainerin des Systemischen Trainingsinstituts Westwind, Mitglied bei der Deutschen Gesellschaft für Coaching (DGfC).



**Systemisches
Trainingsinstitut Westwind**

Kompetenzaktivierende Weiterbildung
für Beruf und Persönlichkeitsentwicklung