

## Coaching-Ausbildung für Young Professionals

2013



## QUOTAC Management GmbH

**Dr. Meike Hermes, Dipl.-Psych.**

QUOTAC Management GmbH  
Bremer Str. 70  
28832 Achim

**Telefon: 04202-52200 oder 0176-64245836**  
**Fax: 04202-522079**

**Mail: [meike-hermes@quotac.de](mailto:meike-hermes@quotac.de)**

# Curriculum – Inhalte

## I. Einführung Coaching: Grundlagen

## II. Coaching: verschiedene Settings (Einzel, Gruppen, Team)

## III. Anlässe für Coachings

- Führungscoaching
- Entwicklungscoaching
- Entscheidungscoaching
- Konfliktcoaching
- Karrierecoaching

## IV. Der Coaching-Prozess

- Vorbereitung von Coachings
- Auftragsklärung
- Kontextanalyse
- Vorbereitung von Coaching-Sitzungen
- Veränderungen initiieren
- Veränderungsprozesse begleiten
- Coachingprozesse evaluieren und abschließen
- Nachsorge/Follow up von Coachings

## V. Coaching-Methodenkoffer

- (systemische) Fragetechniken
- Ziele als Ausgangspunkt für Veränderungen
- Tools im Entscheidungscoachings
- Tools im Veränderungscoachings
- Tools im Konfliktcoaching
- Tools im Teamcoaching
- Tools im Karrierecoaching
- Tools im Führungskräftecoaching

## VI. Stolpersteine im Coaching oder: was Coaching zum Scheitern bringt.

## VII. Eigenes Praxisprojekt

Definition und Umsetzung eines eigenen Praxisprojektes im Verlauf der Ausbildung

## VIII. Exkurse:

- *Werte, Haltung und Menschenbild eines Coachs*
- *Konstruktivismus und eigene Hypothesen des Coachs*
- *Mediation*
- *Supervision*
- *Selbstmarketing als Coach*

## **Didaktisches Vorgehen – Aus der Praxis für die Praxis**

Die Ausbildung ist didaktisch als Mischung aus theoretischem Input und praktischen Übungen gestaltet. Dabei werden die notwendigen Grundlagen unter Anleitung der DozentInnen erarbeitet und im Anschluss in Praxisübungen individuell erfahrbar gemacht. Der Praxisbezug wird durch Berichte, Fallbeispiele und Praxisübungen, die sich auf die umfangreiche Coaching-Erfahrungen der Dozentin stützen, erweitert.

Implusreferate, Gruppenarbeit, kollegiale Beratung, Feedback, Lerntagebücher, Peer-Coaching, Fallstudien und Simulationen bilden u. a. die methodische Basis für den Lernprozess der Teilnehmer.

## **Rahmendaten**

Die Ausbildung umfasst insgesamt 89 Stunden, die sich wie folgt gliedern:

### **2 Einführungstage** (je 9:00-16:00 Uhr):

06. + 07. Mai 2013

### **10 Freitagnachmittage** (je 14:00 – 18:00)

24. Mai 2013

07. Juni 2013

21. Juni 2013

28. Juni 2013

18. Oktober 2013

25. Oktober 2013

08. November 2013

15. November 2013

22. November 2013

06. Dezember 2013

### **1 Blockwoche** (Montag bis Freitag, je 9:00 – 16:00)

08. - 12. Juli 2013

Die Ausbildung findet in den Seminarräumen der QUOTAC Management GmbH in Achim statt. Wir verfügen über eine gute Anbindung an die öffentlichen Verkehrsmittel und die A27 sowie A1.

## **Zertifikat**

Nach Abschluss der Ausbildung erhalten die Teilnehmer das Zertifikat der QUOTAC Management GmbH.

## Kosten

Die Ausbildungskosten belaufen sich auf insgesamt 960,00 Euro zzgl. 19% USt. Für Studierende sowie 1290,00 Euro zzgl. 19% USt. für Berufstätige.

## Dozentin

### Dr. Meike Hermes



- Diplom Psychologin (Schwerpunkt Arbeits- und Organisationspsychologie)
- Ausbildung zur systemischen Organisationsberaterin
- Leitung Personalmanagement und stellvertretende Geschäftsführerin bei der QUOTAC Management GmbH
- Seit 13 Jahren in den Bereichen Coaching, Training, Beratung und Supervision branchenübergreifend tätig.
- Lehraufträge Universität Hannover (Institut für Erwachsenenbildung und Berufspädagogik) sowie FH Bielefeld (Fachbereich Sozialwesen)

Im Verlauf der Ausbildung werden ggf. weitere ExpertInnen in die Ausbildung einbezogen.