

# Coachuddannelse

## Skab udvikling, resultater og motivation



ANNI KIRK



HALD HOVEDGAARD



**Anni Kirk**

Udvikling af mennesker og organisationer  
[www.annikirk.dk](http://www.annikirk.dk)

Der kan være mange grunde til at tage en coachuddannelse. Måske gælder en af de følgende grunde for dig.

- Du vil arbejde professionelt med coaching i hverdagen som leder eller medarbejder
- Du ønsker at blive internationalt certificeret coach – og måske arbejde som coach
- Du ønsker at udvikle dig personligt – måske har du andre grunde!

Under alle omstændigheder får du her en professionel coachuddannelse, som du kan bruge i mange forskellige sammenhænge. Uddannelsen er godkendt af ICF og bygget op omkring ICF's kernekompetencer, og underviseren har mange års erfaring som underviser og coach.

# Dit udbytte af coachuddannelsen

*"Den læring jeg har fået på Anni Kirks coachuddannelse har været outstanding.*

*Anni er professionel og kompetent. Som underviser er Anni seriøs, engageret og fantastisk til at sikre involvering fra alle kursister. Den skarphed Anni formår at levere har jeg ganske enkelt aldrig oplevet tidligere.*

*Min værktøjskasse er udvidet, og jeg er bedre rustet til at varetage min rolle som daglig leder - og ikke mindst som forandringsagent i en stor virksomhed."*

*Pernille Chalmer Blomgren  
Change Manager  
og teamchef, KMD*

## Hvad er coaching?

Coaching handler om at skabe forandring, at nå sine mål og hjælpe andre til at nå deres mål. Coaching er en effektiv metode til at skabe motivation, udvikling og forandring indenfor alle områder. Coaching hjælper mennesker med at skabe resultater og fremdrift – både fagligt og personligt. Coaching bygger på nøgleord som øget bevidsthed, ansvarlighed og forpligtelse.

Fremover vil evnen til at frigøre ressourcer og potentiale være en nøglekompetence både på arbejdspladser og i den enkeltes private liv, ligesom det vil være vigtigt at kunne skabe motivation og energi for at kunne leve op til de stadige krav om forandringer, som vil være en del af hverdagen.

Coaching kan hjælpe os med at leve op til disse udfordringer på en respektfuld og samtidig resultatorienteret måde, idet coaching tager udgangspunkt i den enkeltes ressourcer – og samtidig stiller krav til den enkelte.

## Dit udbytte af coachuddannelsen

Afhængigt af dit fokus giver coachuddannelsen dig mulighed for:

- At arbejde professionelt med coaching i forskellige sammenhænge
- At styrke bevidstheden om din lederrolle og din identitet som leder og coach

- At sætte fokus på selvledelse og personlig udvikling og styre dit liv i den retning du ønsker det
- At skabe motivation, udvikling og forandring for dig selv og andre
- At arbejde målrettet, fokuseret og resultatorienteret
- At kommunikere effektivt og professionelt
- At indgå i et professionelt netværk af coaches
- At få personlig coaching og feedback

Samtidig er coachuddannelsen et afgørende skridt, hvis dit mål er en international certificering.

## Målgruppe

Coachuddannelsen er for alle, som ønsker at arbejde professionelt med coaching.

Du kan være ansat i det private erhvervsliv, inden for det offentlige - eller du er selvstændig.

Du er måske:

- Leder som ønsker at arbejde målrettet med coaching for at skabe motivation og resultater
- Medarbejder som ønsker at styrke evnen til at indgå i og påvirke forandringsprocesser
- Konsulent, f.eks. indenfor HR eller med egen virksomhed, som arbejder med udvikling og forandring
- Lærer, pædagog, vejleder, sagsbehandler eller beskæftigelsesmedarbejder som ønsker at få

## ICF'S KERNEKOMPETENCER



nye metoder og perspektiver på det at arbejde med mennesker

- Ansat i sundhedssektoren, undervisningssektoren eller inden for det sociale eller administrative område, hvor dialog og kommunikation er i fokus

Det vigtigste er, at du ønsker at udvikle og styrke din evne til at skabe motivation, udvikling og resultater for dig selv og andre gennem coaching.

# Uddannelsens opbygning og indhold

## Indhold og opbygning

Uddannelsen består af 4 moduler på 3, 2, 3 og 2 dage efter nedenstående model.

Indholdet på uddannelsen er bygget op omkring ICF's 11 kernekompetencer (se model til venstre), som vil være i fokus gennem hele forløbet. Derudover vil der på de enkelte moduler blive trænet specifikt i de enkelte kompetencer.

På de fire moduler vil der være en vekselvirkning mellem teori, øvelser og træning i grupper. Du vil løbende få feedback på din coaching for at sikre udvikling og læring.

Mellem modulerne forventes du at træne coaching – det kan foregå i din hverdag og i etablerede træningsgrupper.

## Modul 1 – din identitet som coach

På det første modul får du et grundlæggende fundament for at arbejde med coaching, du bliver introduceret til en effektiv coachingmodel, og du kommer i gang med at træne coaching med henblik på at udvikle din identitet som coach. Der vil være fokus på det at opbygge tillid og etablere relationer – og hvad der kræves af coachen for at kunne gøre det. Derudover er etik og standarder i coaching et vigtigt tema, herunder også etablering af en coachingkontrakt.

## Modul 2 – effektiv kommunikation

På andet modul er der fokus på coachens evne til at kommunikere effektivt. Emner som aktiv lytning, direkte kommunikation og effektfulde spørgsmål er i centrum. Respekt og forståelse for menneskers forskellighed er grundpiller i effektiv kommunikation – og en forudsætning for at du kan få lov til at påvirke andre og dermed gøre en forskel som coach. På dette modul er der fokus på sproget og sprog-mønstre.

## Modul 3 – motivation og resultater

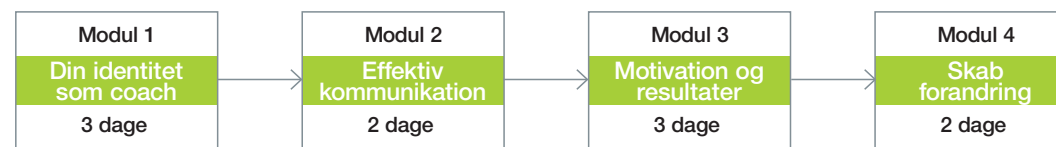
Modul 3 handler om at finde frem til og skabe motivation. Det handler om at blive bevidst om, hvad der er drivkraften for den enkelte – og hvad der evt. kan forhindre personen i at nå sine mål. Antagelser og overbevisninger kan stå i vejen for os, og vi må være bevidste om dem for at kunne ændre dem. Som coach er det vigtigt, at du kan

hjælpe andre til at blive bevidst om egen motivation, overbevisninger og strategier – og dermed træffe bedre valg. Du lærer at identificere og formulere motiverende mål for dig selv og at hjælpe andre med at gøre det samme.

## Modul 4 – skab forandring

Coaching handler om at skabe forandring, at nå sine mål og hjælpe andre til at nå deres mål, og på modul 4 er der fokus på at skabe handling. Du lærer at opstille en handlingsplan, ligesom du bliver trænet i som coach at planlægge læring og håndtere fremskridt på en sådan måde, at det virker motiverende for den person, der ønsker forandring. Samtidig er der fokus på, hvordan du som coach sikrer, at den person du coacher virkelig tager ansvar og føler forpligtelse i forhold til de opsatte mål og er vedholdende i sine bestræbelser på at nå dem.

## COACHUDDANNELSENS OPBYGNING



Øvelser og træning i mindre grupper

Supervision, coaching og feedback

*"Jeg havde ikke forestillet mig, at et kursus kunne skabe så megen udvikling såvel fagligt som personligt."*

*Som underviser er Anni Kirk yderst skarp og kompetent, og hun formidler med dynamik, stor sikkerhed, humor og en sjælden evne til at se og møde os hver især på netop det udviklingsstrin, hvor vi er. Kurset har givet et fantastisk fundament til at arbejde videre med coaching. Stor tak og ros til Anni - det var været et enestående kursus."*

Gitte Abildtrup Møller

LMS - Levende Musik i Skolen

# Praktiske oplysninger

*"Undervisningen har været af højeste kvalitet med en sublim veksling mellem teori og praksis. Samtidig har der været stort udbytte i samarbejdet med de øvrige kursusedtagere, som alle har været inspirerende og motiverende at arbejde sammen med. Ønsker man at arbejde som coach eller være coachende leder kan Anni Kirks coachuddannelse varmt anbefales."*

Ole Droob

Rektor Aalborg Studenterkursus

## Coachuddannelse godkendt af ICF

International Coach Federation er et verdensomspændende netværk for professionelle coaches. ICF har fastsat standarder og etiske retningslinier for coaching og arbejder på at udbrede disse standarder og retningslinier. Dette sker bl.a. gennem certificering. Se [www.coachfederation.org](http://www.coachfederation.org). Denne coachuddannelse er godkendt af ICF og bygget op omkring de kernekompetencer og den etik, som ICF står for.

## Certificering gennem ICF

Hos ICF kan du blive certificeret på 3 niveauer – det første niveau er en ACC certificering. For at blive certificeret på ACC niveau skal du opfylde følgende betingelser:

1. Have modtaget 60 timers undervisning med udgangspunkt i ICF's kernekompetencer.
  2. Kunne dokumentere 100 timers coach-erfaring
  3. Have gennemgået 10 timers mentorcoaching
- På denne uddannelse får du de 60 timers undervisning, og du får hjælp til dokumentation af coach-erfaring. Desuden vil der være tilbud om mentorcoaching.

## Undervisere

Anni Kirk er gennemgående underviser på uddannelsen, se profilen på [www.annikirk.dk](http://www.annikirk.dk). Anni Kirk har arbejdet med ledelse og udvikling af mennesker og organisationer i mange år indenfor erhvervsskoleverdenen, den offentlige sektor og som konsulent i et anerkendt konsulenthus gennem 5 år.

Siden 1999 har Anni Kirk været konsulent og coach i en lang række store og mellemstore private og offentlige virksomheder. Hun er desuden uddannet NLP Master Practitioner og certificeret coach gennem ICF.

Afhængigt af deltagerantallet vil der være flere instruktører.

## Datoer og tidspunkter

Coachuddannelsen gennemføres forår og efterår, og på [www.annikirk.dk](http://www.annikirk.dk) kan du se datoer for de enkelte moduler, ligesom du kan finde oplysninger om pris og betaling. Undervisningen foregår alle dage kl. 9.00-17.00.

## Kursussted

Hald Hovedgaard, Ravnsbjergvej 76, 8800 Viborg. Se [www.haldhovedgaard.dk](http://www.haldhovedgaard.dk). Hald Hovedgaard er en skøn gammel herregård fyldt med historie og atmosfære. Hald Hovedgaard ligger i naturskønne omgivelser ved Hald Sø og Dollerup Bakker kun 8 km fra Viborg. Stedet er den perfekte ramme for undervisning, fordybelse og personlig udvikling og er samlingssted for forfattere og oversættere.

## Tilmelding kan ske på følgende måder

På [mail@annikirk.dk](mailto:mail@annikirk.dk) eller på tlf. nr. 20 42 28 15.

## Mere information

Du er velkommen til at ringe på 20 42 28 15 for yderligere information om uddannelsen, om betingelserne for certificering – eller andre spørgsmål.



**Anni Kirk**

Udvikling af mennesker og organisationer  
[www.annikirk.dk](http://www.annikirk.dk)