

ZERTIFIKAT

Ausbildung psychologisches Selbstführungs-Coaching (225 Std.)

Alexander Straschil, MSc

hat die zweiteilige theoretische und praktische Ausbildung zum/r Selbstführungs-Coach sehr erfolgreich absolviert. Diese Ausbildung umfasste insgesamt 225 Stunden und erfolgte an der SMBS im Rahmen des Masters Training & Development (MTD) in Kooperation mit der Universität Salzburg (Prof. Dr. Eva Jonas) und dem Coaching- & Beratungs-Centrum (CoBeCe), München (Isabell Braumandl).

Wissenschaftliche Einbindung & theoretische Fundierung:

Die theoretisch fundierte Ausbildung basiert auf psychologischen Interaktions- sowie Selbstführungstheorien und fokussiert den Transfer gelernten Wissens in die Coaching-Praxis unter Anwendung eines integrativen Methoden- und psychologischen Schulenmix. Die angewandten Ausbildungsinhalte beziehen sich auf das Konzept „Selbstführungs-Coaching“ nach Jonas, Braumandl, Mühlberger & Zerle, welches beim Springer-Verlag erscheint (*Selbstführung durch Coaching. Ein psychologisches Konzept zur Unterstützung von Coaching-Prozessen*, 2024).

Die aktuellen Forschungsergebnisse zum Selbstführungs-Coaching führen zu einer fortlaufenden Anpassung der theoretischen und praktischen Inhalte mit Einarbeitung dieser in das Ausbildungskonzept sowie das dafür selbst verfasste Selbstführungs-Coaching-Handbuch mit allen Arbeitsunterlagen für das Coaching und Informationen zu den psychologischen Methoden.

Übergeordnete Ziele der Ausbildung sind die Transfersicherung von theoretischem Wissen für die Coaching-Praxis, die Qualitätssicherung in den praktischen Coaching-Prozessen sowie die Entwicklung von Coaching-Kompetenzen. Dabei werden die Formate Training, Coaching und Selbstcoaching eingesetzt.

Methodisch-didaktische Gestaltung der Ausbildung:

Die Umsetzung der vier nachfolgenden konstruktivistischen Gestaltungsprinzipien in der Ausbildung nach Weisweiler (2008) tragen neben einer individuellen Betreuung durch ein Double-Teaching-Team zur nachhaltigen Transfersicherung bei:

- Situiertheit (Arbeit an persönlichen relevanten Coaching-Zielen)
- Authentizität (Lernen am Modell und Erproben des eigenen individuellen Handelns als Coach sowie Reflexion der persönlichen Haltung als Coach)
- Raum für Eigenaktivität (Peer-Coaching-Prozesse in den Rollen als Coach und Klient*in, Klient*innen-Coaching-Prozesse in der Rolle als Coach unter Supervision)
- Multiple Perspektiven (Coaching-Erfahrung aus Klient*innen- und Coach-Perspektive im Kontext von Rollenspielen in Kleingruppen mit strukturiertem Feedback von Peers und Trainer*innen)

Zudem standen für den Transfer die Methoden, Tools und deren Wirkung, Reflexion und Vergleich von virtuellem und Präsenz-Coaching, Theorien und Schulen im Coaching sowie Ergebnisse aktueller Coaching-Forschung im Fokus dieser psychologischen Coaching-Ausbildung.

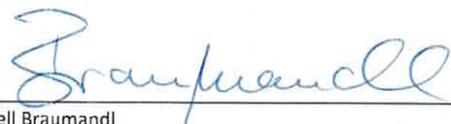


Ziele und Inhalte der Ausbildungsabschnitte:

1. *Praxis Transfervorbereitung:*
Vorbereitende Einzelarbeiten in Form von strukturierten Selbstreflexionen zu eigenen Umsetzungs- und Entwicklungszielen, persönlichen Ressourcen und Lernerfahrungen
Fragebogenbearbeitung und Auswertung des Bedürfnisfragebogens, welcher neben den psychologischen Grundbedürfnissen auch die motivationale Orientierung erfasst (Mühlberger et al., 2021)
2. *Praxis Präsenz Erstkontakt und erste Sitzung:*
Theorie-Input und Tools in der Anwendung mit Frage-Antwort-Sessions, Besprechung von Beispielen aus der Praxis, Beobachtungslernen durch Modell-Rollenspiele im Plenum
Praxistransfer: Selbsterprobung in Kleingruppen mit strukturiertem Feedback durch die Peers und Trainer*innen zur Qualitätssicherung (Intervision)
3. *Praxistransfer Peer-Coaching Erstkontakt und erste Sitzung:*
Durchführung von Peer-Coaching-Prozessen (Lernpraxis) aus zwei Perspektiven, Coach- und Klient*in
Einsatz von Qualitätssicherungsinstrumenten (Affektbilanzen und Zielprozessevaluation)
4. *Praxis Präsenz zweite und dritte Sitzung:*
Theorie-Input und Tools in der Anwendung mit Frage-Antwort-Sessions, Besprechung von Beispielen aus der Praxis, Beobachtungslernen durch Modell-Rollenspiele im Plenum
Praxistransfer: Selbsterprobung in Kleingruppen mit strukturiertem Feedback durch die Peers und Trainer*innen zur Qualitätssicherung (Intervision)
5. *Praxistransfer Peer-Coaching zweite und dritte Sitzung:*
Durchführung von Peer-Coaching-Prozessen (Lernpraxis) aus zwei Perspektiven, Coach- und Klient*in
Einsatz von Qualitätssicherungsinstrumenten (Affektbilanzen und Zielprozessevaluation)
6. *Praxis Präsenz vierte und fünfte Sitzung:*
Theorie-Input und Tools in der Anwendung mit Frage-Antwort-Sessions, Besprechung von Beispielen aus der Praxis, Beobachtungslernen durch Modell-Rollenspiele im Plenum
Praxistransfer: Selbsterprobung in Kleingruppen mit strukturiertem Feedback durch die Peers und Trainer*innen zur Qualitätssicherung (Intervision)
7. *Praxistransfer Peer-Coaching vierte und fünfte Sitzung:*
Durchführung von Peer-Coaching-Prozessen (Lernpraxis) aus zwei Perspektiven, Coach- und Klient*in
Einsatz von Qualitätssicherungsinstrumenten (Affektbilanzen, Zielprozessevaluation, Gesamtprozess- und Ergebnisreflexion mit Rückfallprophylaxe sowie dem Fragebogen zur Coaching-Evaluation (Mühlberger et al., 2021))
8. *Supervision zum Peer-Coaching-Prozess in Kleingruppen*
Reflexion von Coach-Haltung und Verhalten in den Interaktionen (Lehrpraxis)
9. *Praxistransfer schriftliche angeleitete Selbstreflexion (Prüfungsleistung I) zu den Peer-Coaching-Prozessen:*
Selbstreflexion zum eigenen Coaching-Prozess als Klient*in mit Transfer-Reflexion zur eigenen beruflichen (Führungs-)rolle und -praxis, praktischer Transfermöglichkeiten von Methoden und Vorgehensweisen aus dem Coaching in den Berufsalltag
10. *Praxistransfer Klient*innen-Coaching:*
Durchführung von mindestens einem Klient*innen-Coaching (Lernpraxis) mit Begleitung durch Supervision (Lehrpraxis)
Angeleitete Selbstreflexion mit dem Vertrauensbooklet (Böhm & Bilang, 2014)
Einsatz von Qualitätssicherungsinstrumenten (Affektbilanzen, Zielprozessevaluation, Gesamtprozess- und Ergebnisreflexion mit Rückfallprophylaxe sowie dem Fragebogen zur Coaching-Evaluation (Mühlberger et al., 2021))
11. *Praxistransfer schriftliche angeleitete Selbstreflexion (Prüfungsleistung II) zu den Klient*innen-Coaching-Prozessen:*
Falldokumentation und angeleitete Reflexion zur Haltung, zum Handeln und zur persönlichen Entwicklung als Coach unter Supervision (Setting, Vertrauen und Beziehungsgestaltung, theoriegeleitete Hypothesenprüfung, Interaktionen und Interventionen, Transfer)



Prof. Dr. Eva Jonas
Diplom-Psychologin (Univ.), Dipl.-Volkswirtin (Univ.)
Ausbildungsleitung des MTD



Isabell Braumandl
Diplom-Psychologin (Univ.), Dipl.-Ökonomin (Univ.)
Sportpsychologin (BDP e.V.)