
SATVATOVE INSTITUTE SCHOOL OF TRANSFORMATIVE COACHING

Prinzipien und Praktiken des Transformativen Coachings

KURSÜBERSICHT UND INHALT

PRINZIPIEN UND PRAKTIKEN DES TRANSFORMATIVEN COACHINGS - KURSÜBERSICHT

Die Ausbildung zum Transformationscoach bei Satvatove ist für Personen, die entschlossen sind, durch professionelles Coaching, eine sinnvolle Veränderung im Leben anderer Menschen zu bewirken. Dieser Kurs "Prinzipien und Praktiken des Transformativen Coachings" bietet eine einzigartige Mischung von Kommunikationswerkzeugen und kraftvollen Transformationsmethoden, basierend auf geerdeten und erleuchtenden spirituellen Prinzipien. Die Ausbildung besteht aus 3 Modulen. Pro Modul gibt es 2 Intensivtage und 6 Unterrichtseinheiten per Skype. In den Unterrichtseinheiten werden spezifische Inhalte vorgestellt und in Coachingsitzungen demonstriert. Studenten üben das Führen von Coachingsitzungen untereinander und lernen durch Feedback aus der Gruppe. Die Intensivtage und Unterrichtseinheiten beinhalten auch interaktive und erlebnisorientierte Übungen und Prozesse. Von den Studenten wird erwartet, dass sie entsprechende Literatur zwischen den Unterrichtseinheiten lesen. Auch sind sie aufgefordert, zwischen den Unterrichtseinheiten die gelernten Werkzeuge und Ansätze in Coachingsitzungen untereinander zu vertiefen. Dieses Format gibt den Studenten kraftvolle Werkzeuge für tiefgreifende Bewusstseinsbildung in Bezug auf die eigene Persönlichkeit und auf zwischenmenschliche Beziehungen. Sie erhalten ein fundiertes Verständnis der Prinzipien für wirkungsvolles, transformatives Coaching. Studenten haben die Möglichkeit, die Werkzeuge, Strategien und Techniken sowohl theoretisch zu verstehen, als auch praktisch zu üben und sie auf professionelle Art und Weise zu meistern. Satvatove Coachs sind sowohl systematische Wissenschaftler als auch kreative Künstler und Experten darin, den Menschen zum „flow“ zu verhelfen und in ihnen versteckte Qualitäten zu wecken. Durch intensives Üben von Fertigkeiten werden die Teilnehmer dieses Programms mit fachlichem Know-how ausgerüstet zum effektiven Coachen von Einzelpersonen und Gruppen. Ausserdem durchlaufen die Studenten vom Coaching-Modell der transformativen Kommunikation eine ausgiebige und kontinuierliche Persönlichkeitsentwicklung. Diese ganz eigene Erfahrung der Persönlichkeitsentwicklung befähigt den Studenten, andere in diesem Prozess zu unterstützen und sie in ihrer Potenzialentfaltung zu fördern.

MODULE

Studenten können sich für das erste Modul (24 Stunden), die ersten zwei Module (48 Stunden) oder für den kompletten Kurs von drei Modulen (72 Stunden) anmelden. Die Module bauen aufeinander auf.

ANWESENHEITSPFLICHT

Um sich für das Abschlusszertifikat zu qualifizieren, müssen die Schüler alle Intensivtage und mindestens 4 von 6, respektive 10 von 12 oder 14 von 18 Zoom-Unterrichtseinheiten besuchen.

ICF-CREDITS

Die Ausbildung zum Transformationscoach bei Satvatove ist anerkannt von ICF (International Coach Federation). Für jedes Modul werden für den Antrag der ICF-Anerkennung 24 Credits angerechnet. (Total 72 Credits für alle drei Module). Weitere Infos zur ICF-Anerkennung findest du unter www.coachfederation.ch/de.html.

AUFNAHMEBEDINGUNGEN

- Lesen des Buches „Gelingende Beziehungen“ von David B. Wolf (Original: „Relationships That Work: The Power of Conscious Living - How Transformative Communication Can Change Your Life“).
- Aufnahmegespräch mit der Kursleitung
- Besuch des Informationsabends oder einer Einführung in die Transformative Kommunikation

- Es wird erwartet, dass alle Teile des Anmeldeformulars und diese Kursübersicht gelesen und offene Fragen geklärt werden.

BUCHREZENSION

Für Modul 1 und 2 wird je eine schriftliche Buchrezension (2'000-3'000 Wörter) verlangt mit einer mündlichen Vorstellung von 5-10 Minuten während der Unterrichtseinheit. Die schriftliche und mündliche Buchrezension wird mit allen Studenten geteilt. Die zwei Bücher können frei gewählt werden, vorausgesetzt, es besteht eine Relevanz fürs Transformative Coaching. Eine Literaturliste mit empfohlenen Büchern wird im Kurs abgegeben.

COACHING MIT SUPERVISION

Zudem arrangieren die Studenten für jedes Modul zwei Coachingsitzungen mit echten Klienten, die von der Kursleiterin oder einer autorisierten Drittperson beobachtet und evaluiert werden. Diese Supervision ist entweder direkt anwesend bei der Coachingsitzung und gibt danach Feedback, oder sie hört/sieht eine Aufnahme der Sitzung. Die erste Coaching-Sitzung mit Supervision sollte zwischen der 3. und 4. Unterrichtseinheit und die zweite zwischen der 5. und 6. Unterrichtseinheit des jeweiligen Moduls stattfinden. Für den Abschluss mit ICF-Anerkennung wird verlangt, dass die zweite Coachingsitzung ein Minimum an Fähigkeiten zeigt, die für dieses Kurslevel von Bedeutung ist.

GRUPPENCOACHING

In Modul 3 führen die Studenten zusätzlich ein Gruppencoaching zu einem selbstgewählten Thema durch. Informationen dazu werden im Modul 3 abgegeben.

ABSCHLUSSBEDINGUNGEN

Um sich für das Abschlusszertifikat zu qualifizieren, gelten folgende Bedingungen:

- Besuch der Intensivtage und Unterrichtseinheiten gemäss Anwesenheitspflicht.
- 2 Buchrezensionen
- 6 Coachings mit Supervision
- Durchführung eines Gruppencoachings

Besondere Umstände:

Sollte ein Treffen vor Ort nicht möglich sein, aufgrund von Hygiene-Massnahmen z.B. im Zusammenhang mit Corona, werden die Intensivtage in Zoom-Einheiten aufgeteilt. Näher Infos dazu werden im gegebenen Fall rechtzeitig mitgeteilt.

MODUL 1

INTENSIVTAG 1

VORSTELLUNG DER KURSSTRUKTUR UND PHILOSOPHIE DES TRANSFORMATIVEN COACHINGS

- Begrüssung
- Übersicht und Eckdaten des Kurses
- Hintergrund des Transformativen Coachings

NONVERBALE UND PARALINGUISTISCHE KOMMUNIKATION, BLOCKADEN FÜR EFFEKTIVE KOMMUNIKATION

- Nonverbale Kommunikation
- Paralinguistische Kommunikation
- Anwendung am Telefon
- Die Energie des Klienten würdigen

AKTIVES ZUHÖREN TEIL I

- Mögliche Blockaden für effektive Kommunikation
- Wesentliche Prinzipien für aktives Zuhören
- Vertrauen aufbauen
- Selbstermächtigung des Klienten unterstützen
- Selbstkorrigierender Prozess
- Die Kraft des Spiegels

Leseauftrag - im Buch Teil 1, Transformative Kommunikation: Die spirituellen Grundsätze für persönliches Wachstum; ICF Ethikkodex; Werte, Prinzipien und Kodex des Satvatove Instituts.

Leseauftrag - im Buch Teil 2, Transformative Kommunikation: Einen heiligen Raum schaffen

UNTERRICHTSEINHEIT 1: ETHIK VON ICF UND SATVATOVE, STANDARDS FÜR PERSÖNLICHES VERHALTEN, KERNKOMPETENZEN

- Ethische Angelegenheiten des Coachings
- Vertraulichkeit
- Persönliches Verhalten und professionelles Coaching
- Coaching, Beratung und Psychotherapie

UNTERRICHTSEINHEIT 2: KONTEXT DES COACHINGS, SELBSTBESTIMMUNG DES KLIENTEN, ANLIEGEN DES KLIENTEN KLÄREN

- Erlaubnis zu Coachen
- Selbstbestimmung des Klienten
- Eine Sitzung starten und abrunden, den roten Faden wahren
- Anliegen des Klienten festlegen, Inventar des Lebens
- Empfehlungen

Unterrichtseinheit 3: Aktives Zuhören Teil II, Energie des Klienten erkennen und sich darauf einstimmen

Zusammenfassung, Klärung, Umschreibung (Paraphrasierung)
Energie erkennen und sich darauf einstimmen
Wenn das Einstimmen auf die Energie des Klienten nicht angebracht ist
Feedback

*Durchführung der ersten Coachingsitzung mit Supervision**

UNTERRICHTSEINHEIT 4: FRAGEN FÜR DIE BEWUSSTSEINERFORSCHUNG, GENAUIGKEIT, WO NEUGIER IHREN PLATZ HAT, INTUITION IM COACHING

Offene und geschlossene Fragen
Kraftvolle Fragestellung
Neugier - Anwendung und Missbrauch
Intuition: Kraft und Risiken

Leseauftrag - im Buch Teil 3, Transformative Kommunikation: Sein-tun-haben; ein Paradigma für bewusstes Leben

INTENSIVTAG 2

ALTERNATIVE PERSPEKTIVEN, SELBSTBEWUSSTSEIN, FÜR DEN KLIENTEN BEWUSSTHEIT KREIEREN

Alternative Perspektiven
Bewusstheit kreieren
Grungies und Payoffs

FEEDBACK UND UNMITTELBARKEIT IM COACHINGGESPRÄCH

Feedback (Fortsetzung)
Selbstbewusstheit im Coaching
Coachingpräsenz
Unmittelbarkeit (Du- und Ich-Gespräch)
Zwischenmenschliche Fähigkeiten vorleben

SELBST-OFFENBARUNG DES COACHS, KLIENTEN HERAUSFORDERN

Coach Selbst-Offenbarung
Herausforderung

*Leseauftrag - im Buch Teil 4, Transformative Kommunikation: Die Kraft des bewussten Lebens erkennen
Abgabe der ersten Buchrezension**

UNTERRICHTSEINHEIT 5: EIGENVERANTWORTUNG, SMARTe ZIELE, EINEN PEP KREIEREN

Handlungsplan
Strukturen der Verantwortung und Verbindlichkeit
Hingabe/Engagement, Bestrebung, Interesse
SMARTe Ziele
Persönlicher Erfolgspackt (PEP)
Erfolge feiern
Zwischen den Sitzungen - Bewusstheit kreieren
Zwischen den Sitzungen - Handlungsschritte vornehmen
Mündliche Buchrezension*

*Durchführung der zweiten Coachingsitzung mit Supervision**

UNTERRICHTSEINHEIT 6: ZEITANAGEMENT UND INTEGRATION DER FÄHIGKEITEN UND PRINZIPIEN

Zeitmanagement im Coaching
Unterbrechung
Eine Sitzung abschliessen
Einbindung
Mündliche Buchrezension*

MODUL 2

DIE 6 PHASEN DER VERÄNDERUNG VON JAMES PROCHASKA (BUCH NUR IN ENGLISCH ERHÄLTICH UNTER DEM TITEL „CHANGING FOR GOOD“. EINE ZUSAMMENFASSUNG WIRD IM KURS ABGEGEBEN.

Für Modul 2 erhältst du ein Aufgabenpaket zu diesem Phasenmodell. Du bist gebeten, die Aufgaben im Verlaufe des Moduls zu erfüllen. Hinweise erfolgen unten.

INTENSIVTAG 3

DAS BEZUGSSYSTEM DER DREI GUNAS FÜR TRANSFORMATIVES COACHING

Guna Psychologie als Grundlage für das Modell des Transformativen Coachings
Sattvische Bewusstheit und Hinbewegung zur Ausgeglichenheit
Anwendungen

GRUNGIES, PAYOFFS UND PERSÖNLICHE VERANTWORTUNG

Dimensionen der Verantwortung: Erleben und Gefühle. Wir können das Geschehene nicht ändern; wir können ändern, was heute geschieht – eine weiterführende Erforschung von Grungies und Payoffs.

Praktische persönliche Verantwortung: Wie ist es geschehen?

Spirituelle Verantwortung: Wie kam es dazu, dass es geschehen ist?

HANDLUNG FÜHRT ZUR EINSICHT, EINSICHT FÜHRT ZUR HANDLUNG

Einsicht führt zur Handlung

Handlung führt zur Einsicht

Leseauftrag - 6 Schritte im Prozess der Transformation persönlicher Verhaltensmuster nach Prochaska, Norcross und DiClemente

Leseauftrag - 3 Arten des Opferbewusstseins (Artikel werden am Kurs abgegeben)

UNTERRICHTSEINHEIT 7:

SEIN-TUN-HABEN, SELBSTZERSTÖRENDE GLAUBENSsätze, DAS PRINZIP FEINSTOFFLICH FÜHRT ZU GROBSTOFFLICH

Paradigmen des Lebens: Sein-Tun-Haben als Plattform für sattvisches Leben und Coaching

Selbsterstörende Glaubenssätze

Feinstofflich führt zu grobstofflich

Leseauftrag: Artikel über Echtheit von David Wolf

UNTERRICHTSEINHEIT 8: WEITERFÜHRENDE EMPATHIE UND METAPHERN

Weiterführende Empathie in verschiedenen Formen
Metaphern
Echtheit im professionellen Coaching

UNTERRICHTSEINHEIT 9: SICH GEHEN LASSEN UND RÜCKFÄLLE: STRATEGIEN FÜR DAS AUFRECHTERHALTEN DES ENTDECKERGEISTES

Rückfälle als Möglichkeit zur Selbsterkenntnis und neuen Entdeckungen
Die Wachstumsspirale
Lotus-Bewusstsein: Mitfühlend, unvoreingenommen, losgelöst

Durchführung der dritten Coachingsitzung mit Supervision
Aufgaben 1 und 2 im Aufgabenpaket (wird im Modul 2 abgegeben)*

UNTERRICHTSEINHEIT 10: ETHISCHE ANGELEGENHEITEN FÜR DEN PROFESSIONELLEN COACH

Weitere Erforschung folgender Angelegenheiten: Potentielle Interessenskonflikte,
Vertraulichkeit, Bedenken in Bezug auf persönliches Verhalten.
Grenzen
Doppelrollen im Zusammenhang mit verschiedenen professionellen Ausbildungen
Fallbeispiele

Aufgaben 3, 4, und 5 im Aufgabenpaket (wird im Modul 2 abgegeben)

INTENSIVTAG 4:

BEWUSSTSEIN IM RESULTAT UND DIE KRAFT DER KLAREN ABSICHT

Das Prinzip der Absicht und diese bewusst einsetzen
Hindernisse in Erwägungen transformieren
Coachingstrategien und Anwendungen

INTEGRITÄT UND BEZIEHUNG ZU UNSEREM WORT

Abmachungen und persönliche Integrität
Coachingstrategien um Bewusstheit über die Auswirkungen von eingehaltenen und gebrochenen
Abmachungen zu kreieren
Visualisation im Coaching
Realistische und fordernde Ziele setzen im Coachingprozess
Verbindlichkeit

EMPATHISCHER DIALOG, WIN UND DER COACH ALS KOMMUNIKATIONSTRAINER

Prinzipien und Praktiken des Kommunikationstrainings
Empathischer Dialog
WIN als Struktur für klaren und selbstbestimmten Ausdruck (Grenzen setzen)
Vorbehalte
Inspiratives und konstruktives Feedback

*Abgabe der zweiten Buchrezension**

Aufgabe 6 im Aufgabenpaket

Leseauftrag: Absicht und Gewohnheit

UNTERRICHTSEINHEIT 11: DURCH BEZIEHUNG ZU ERFOLG UND GEWINN

Paradigmen des Erfolgs und Beziehung zu gewinnen und verlieren
Konditionierung überwinden und aus der Vergangenheit aussteigen; Anwendung im Coaching.
Mündliche Buchrezension*

*Durchführung der vierten Coachingsitzung mit Supervision**

UNTERRICHTSEINHEIT 12: ZWISCHEN DEN COACHINGSITZUNGEN, ERFOLGE FEIERN, WERTSCHÄTZUNG

Ergänzende Übungen und Aufgaben für die Coaching-Werkzeugkiste
Erfolge feiern
Wertschätzung geben und empfangen
Mündliche Buchrezension*

MODUL 3

INTENSIVTAG 5:

UNSER KARMA ÄNDERN: SCHIFFE, FLUGZEUGE UND BEWUSSTES LEBEN

Karma als vorübergehend
Sattvisches Bewusstsein und Verhaltensmuster als Grundlage für bewusstes Leben

ABHÄNGIGKEIT, UNABHÄNGIGKEIT, WECHSELBEZIEHUNG

Arten der Beziehung im Kontext der Gunas
Abhängigkeit, Unabhängigkeit, Wechselbeziehung
Sich auf Balance zubewegen: Anwendung persönlich und im Coaching

STRATEGIEN FÜR DAS ÜBERLEBEN, STRATEGIEN FÜR DAS GEDEIHEN

Überlebensstrategien
Recht haben
Den Anschein der Kontrolle aufrecht erhalten
Gut da stehen
Schmerz vermeiden
Vom Überleben zum Gedeihen: Authentizität und Strategien für vitales Leben
Coaching im Sein-Tun-Haben

UNTERRICHTSEINHEIT 13: GRUPPENCOACHING I

Gruppencoaching: Ein transformativer Ansatz
Arten von Gruppen
Prozesse und Dynamiken in Gruppen
Teambildung
Zeitmanagement im Gruppencoaching
Umgang mit herausfordern Persönlichkeiten in der Gruppe
Erstellung eines Entwurfs für ein Gruppencoaching

UNTERRICHTSEINHEIT 14: ASSERTIV, AGGRESSIV, PASSIV

Guna Psychologie als Bezugsrahmen um verschiedene Arten des Selbstauesdruckes zu verstehen
Weiterführende Anwendung der Assertivität
Coach als Trainer für Assertivität: Nuancen der Transformativen Kommunikation meistern

UNTERRICHTSEINHEIT 15 RESISTENTE KLIENTEN

Resistente und widerwillige Klienten
Aktives Zuhören und Unmittelbarkeit

PERSÖNLICHE ANLIEGEN FÜR DEN PROFESSIONELLEN COACH

*Durchführung der fünften Coachingsitzung mit Supervision**

UNTERRICHTSEINHEIT 16: GRUPPENCOACHING II UND VISUALISATION

Strategien zur Klärung der Vorstellungen in einer Gruppe
Anwendung in KMUs und der Geschäftswelt
Visualisation
Visualisationen für den Gruppencoachingprozess planen und durchführen*

INTENSIVTAG 6:

PAARCOACHING

Das Modell der Transformativen Kommunikation angewandt auf Paarcoaching
Unparteilichkeit und Urteile einstellen
Der Coach als Kommunikationstrainer für Paare
Strategien zur Konfliktebewältigung
Expertise mit dem empathischen Dialog
Familien- und Teenager-Angelgenheiten

ELTERNCOACHING

Eine spirituelle Basis für Elternschaft und Elterncoaching
Unabhängigkeit und Schutz: Die Balance finden
Verschiedene Stile der Elternschaft

MIT DEM STRANDBALL FERTIG WERDEN, UNKRAUT JÄTEN

Der emotionale Strandball
Unkraut jäten im Garten des Herzens

MANTRA MEDITATION

Hintergründe der Mantra Meditation
Die Kraft transzendentaler Klangschwingung
Praktische Anwendung im Coaching

UNTERRICHTSEINHEIT 17: INTUITION UND NEUGIER

Im Moment tanzen; Spontaneität und Authentizität
Intuition und Neugier wieder aufgenommen: Coaching von einem Ort des tiefen Vertrauens
In der Frage leben: Erkundigung als eine Art des Seins

*Durchführung der sechsten Coachingsitzung mit Supervision**

UNTERRICHTSEINHEIT 18: KLIENTEN FÜRS LEBEN: DER „SPIRIT OF SERVICE“

Zeitweilige und ewige Dharmas
Der „Spirit of Service“- vorleben und coachen
Grenzen in der Coachingbeziehung
Synergien und Synthesen
Ermüdungserscheinungen beim Mitgefühl (compassion fatigue)
Die Natur der Seele ist, sich zu erweitern

Änderungen vorbehalten.

Annette Bonomo, im Januar 2021