

# Intuisjonsskolen

## **Diplomert Coaching utdanning** To semestre med vekt på beslutningstaking og veivalg.

### **Målgruppe:**

Nøkkelpersonell, ledere, konsulenter, rådgivere, lærere, mentorer, inspiratorer, terapeuter og veiledere som vil ytterligere styrke sin coachende væremåte i kommunikasjon, veiledning og ledelse gjennom sitt arbeid.

### **Innhold:**

Studiet er en spesialisering innen coaching og beslutningsprosesser. Hovedfokuset er å motivere og coache på en slik måte at klient opplever det bekvemt og riktig å foreta valg. Det kan være store og små valg, både i privat- og arbeidsliv.

Studiet gir innføring i grunnleggende metodikk, prosess- og relasjonsorientering som står sentralt i coachingsarbeid. Det fokuseres videre på å skape gode coachingsamtaler som gir grunnlag for å veilede og trene klient slik at det fører til prestasjonsentusiasme og motivasjon for å utvikle seg og komme videre.

Emnets faglige innhold retter seg primært mot den enkelte students kommunikative og relasjonelle ferdigheter i forholdet en til en, men også gruppeperspektivet blir trukket litt inn gjennom eksemplifiseringer og praktiske øvelser. Grunnleggende teori kombineres med praktiske øvelser.

### **Temaer:**

- Fordypning innen intuisjon, alle perspektiv og til alle bruk
- Prosesser for motivasjon og coaching av veivalg og beslutningstaking (intuisjon)
- Metodikk for å få frem nye muligheter/alternativer
- Systematikk for selvutvikling av klient
- Coaching: metoder, prosesser og relasjoner
- Systematikk og struktur i coaching
- Handlings- og relasjonskompetanse
- Ferdigheter og konsekvenser av coacherrollen
- Selvinnsikt, selvledelse og coachende lederskap
- Avhengighets-, uavhengighets- og gjensidighetsrelasjoner
- Den reflekterte praktiker; refleksjon over egen coacherrolle
- En coachende tilnærming til konflikter og konflikthåndtering

### **Litteratur:**

Spurkeland, J. (2005) Relasjonskompetanse: Resultater gjennom samhandling.  
Daniel Kahneman  
Jungs typepsykologi, Hallvard E. Ringstad og Thor Ødegård

## Fagplan:

Første semester	Tema - forelesning	Oppgaver
Fredag 10.02.2012 kl 0900-1600	Hva er coaching? Coachingprosessen	Les bok 1 kap 1-3 +
Fredag 09.03.2012 kl 1300-1800	Coachende lederskap	Les bok 1 kap 4-5, skriv refleksjonsnotat
Lørdag 10.03.2012 kl 1030-1700	Relasjonskompetanse og tillit	Les bok 1 kap 5-6, skriv refleksjonsnotat
Fredag 23.03.2012 kl 1300-1800	Kommunikasjon	Individuell oppgave
Fredag 13.04.2012 kl 0900-1600	Kommunikasjon	Les bok 1 kap 7-8
Lørdag 14.04.2012 kl 1030-1700	Motivasjon	Individuell oppgave
Fredag 04.05.2012 kl 1300-1800	Intuisjon og beslutningsprosesser	Refleksjonsnotat
Fredag 01.06.2012 kl 0900-1600	Personlighetstyper og analyse	Les bok 2 hele
Lørdag 16.06.2012 kl 1030-1700	Personlighetstyper og analyse	Individuell oppgave som skal skrives hjemme, leveringsfrist på mail 01.08.12
Andre semester	Tema - forelesning	Oppgaver
Fredag 17.08.2011 kl 1030-1700	Prosess coaching	Individuell oppgave
Fredag 24.08.2012 kl 0900-1600	Verktøy og bruk av teori/modeller	Skriv refleksjonsnotat
Fredag 14.09.2012 kl 1300-1800	Coaching trening	Individuell oppgave
Fredag 21.09.2012 kl 1300-1800	Coaching trening	
Lørdag 22.09.2012 kl 1030-1700	Konflikthåndtering	Les bok 1 kap 10-11
Fredag 19.10.2012 kl 0900-1600	Emosjoner I prosess	
Lørdag 20.10.2012 kl 1030-1700	Coaching trening	
Fredag 02.11.2012 kl 1300-1800	Prestasjonshjelp	Les bok 1 kap 12
Fredag 23.11.2012 kl 0900-1600	Coaching trening og repetisjon	Oppgaver
Fredag 07.12.2012 kl 1000 - 1400	Eksamen	Eksamen i Arbinsgate

### Pris per semester:

10.500,- kr eks bøker.

### Undervisningssted:

Sinius AS, Arbinsgate 7, 0253 Oslo. Stedet ligger i Vika i nærheten av Nationaltheatret t-bane/buss stasjon.

### Hvilken typer jobber kan man få etter dette studiet?

Studiet gir kompetanse om mennesker og naturlige jobber vil være: coach, kursleder, leder, stillinger i personalavdeling og HR-avd og andre jobber som inneholder kontakt med andre mennesker.