



## LIFECOACH PROFESSIONELL (3)

Utbildning som ger dig fördjupade kunskaper i coaching och förbereder dig för att ta steget fullt ut att bli en certifierad professionell coach.



## LIFECOACH PROFESSIONELL – (3)

Marknaden efterfrågar allt fler certifierade coacher, ett sätt att kvalitetssäkra yrket och verksamheten. I vår utbildning Lifecoach Professionell - (3), har du chansen att ytterligare fördjupa och stärka dina kunskaper. Utbildningen, som består av 6 heldagar, ger dig fördjupade kunskaper i coaching och förbereder dig för att ta steget fullt ut att bli en certifierad professionell coach.



Utbildningen varvar teori, experimentella övningar och praktiska coaching tillämpningar för maximal utveckling av dina coachingfärdigheter. Den stärker din fortsatta personliga utveckling genom att stärka din närvaro. Samtidigt får du en personlig förståelse för de utmaningar som klienterna möter.

identitet & mod

kärnkompetenser  
&  
din unika  
coachingstil

momentum  
&  
synkronicitet



### IDENTITET

Varje person upplever sin identitet, vem jag är, på sitt unika sätt och den upplevelsen förändras vanligtvis under personens liv. Identiteten kan vara sammansatt av olika aspekter som personen upplever vara viktiga och påverkas också av vad omgivningen har speglat tillbaks under åren. Beroende på hur klienten ser på sig själv och sina förmågor, så kommer klienten att agera därefter. I avsnittet identitet utvecklar du förmågan att stödja klienten att se sig själv på de sätt som leder till att klientens livsmål kan nås. Det kan handla om att stödja klienten i att ge sig tillåtelse att vara magnifik på sitt unika sätt.

***”Fråga inte vad världen  
behöver;  
fråga dig själv istället vad  
som gör dig levande.***

***Gå sedan och gör det!***

***Därför att världen  
behöver människor som är  
levande.”***

***Howard Thurmon  
Präst, San Francisco***

### MOD

När mycket kunskap, kvaliteter och många förmågor finns tillgängliga hos en klient, så är modet en faktor som många gånger avgör om klienten kan nå sina mål eller inte. Detsamma gäller om en coach ska kunna få regelbundna genombrott i sina coachingsamtal och upplevas som skicklig. Coachen skall känna sina nuvarande gränser, men också våga sätta dem på prov. Genom att stärka klientens mod ökar möjligheten att agera bortom begränsningar och ta till vara på möjligheter när de dyker upp. I avsnittet mod utvecklar du förmågan att stödja klienten i att bli fullt engagerad i livet, ta ansvar för livskvaliteten och att våga ta egna initiativ till nyskapande. Du kommer också som coach att bli utmanad att gå bortom dina nuvarande begränsningar och nå en ny nivå i praktiseringen av dina coachingfärdigheter.

## KÄRNKOMPETENSER

I detta avsnitt går vi igenom och övar på de kärnkompetenser en coach ska kunna uppvisa för att dels bli certifierad, dels av Strandska Utvecklingshuset och dels av ICF (International Coach Federation). I den grundläggande och avancerade utbildningen har ni redan tränat på dessa kärnkompetenser. I Lifecoach Professionell (3) medvetengör vi kärnkompetenser ytterligare och övar tills de sitter i ryggmärgen.

## DIN UNIKA COACHING-STIL

Att utveckla en framgångsrik coachingverksamhet kräver både att du klargör din unika coachingstil, som bygger på dina styrkor och kvaliteter, samt att ha modet att leva ditt liv som du lär (coachar). I detta avsnitt kommer du att finna och utveckla din unika coachingstil, som blir en del av ditt varumärke, och få insikter om vilka målgrupper som attraheras av den. Vi kommer också att lära oss mer hur du kommunicerar coaching och dess möjligheter till potentiella kunder.

## MOMENTUM

Vid vissa ögonblick i vår utveckling som människor kan vi uppleva känslan av att expandera – att känna oss större än vad vi varit förut och se livet klarare. Denna expansion av vårt medvetande, vilket möjliggörs av en ökad kapacitet att leva i nuet, kan göra oanade inre resurser tillgängliga. I avsnittet momentum lär vi oss att stödja klienten i att bygga momentum i livet genom att tillåta klienten att expandera, maximera prestationerna och att släppa taget om sina begränsningar av vad som är möjligt.

## SYNKRONICITET

Synkronicitet handlar om att det finns andra samband än de som bygger på orsak och verkan. Det handlar om fascinerande och livsavgörande sammanträffanden som är för viktiga för att ignoreras med hänvisning till slumpen. I avsnittet synkronicitet ökar du din förmåga att stödja klienten i att se och förstå sambandet mellan olika händelser samt våga agera på dessa insikter. Det medför att klienten börjar uppfatta själva livet och dess oändliga möjligheter på ett nytt sätt.

Sammanfattningsvis handlar avsnittet om att uppleva mer ”tur i livet” och mirakler, både privat och professionellt.

## FAKTA OM UTBILDNING - LIFECOACH

### PROFESSIONELL (3)

**Antal heldagar:** 6  
totalt 48 timmar



### Utbildare

Anna Björk

Huvudutbildare

Lifecoaching

ICF certifierad ledarcoach

anna.bjork@strandska.com

0703068581

### Datum och Pris:

Se hemsida

[www.strandska.com](http://www.strandska.com)

Paketpris för samtliga tre steg

Vill du ha mer information eller anmäla dig till utbildningen?

Hör av dig till oss:

Tel 0303-129 00

E-post [info@strandska.com](mailto:info@strandska.com)

(med reservation för ev. ändringar)



Approved Coach Specific Training Hours  
International Coach Federation

## COACHING FOR BREAKTHROUGH

Strandska är ett företag som främst arbetar med Coaching, Team- och Ledarutveckling. Målsättningen är att åstadkomma verklig förändring och att få människor att ta ett stort steg framåt i livet.

Vår utgångspunkt är alltid kundens specifika situation, vilket gör att alla våra aktiviteter är anpassade till de förhållanden som gruppen eller den enskilda ledaren befinner sig i. I all team- och ledarutveckling utgår vi från ett coachande förhållningssätt, där den enskilda individen inifrån sig själv arbetar fram den förändring han eller hon vill åstadkomma.

Alla medarbetare på Strandska har lång erfarenhet från sina respektive verksamhetsområden.

## ANMÄLAN OCH FRÅGOR

Strandska Utvecklingshuset AB  
Telefon: 0303 – 129 00  
E post: [info@strandska.com](mailto:info@strandska.com)