



UNESTÅL
EDUCATION



Specialiseringsutbildning i Coaching

Internationellt certifierad Life Coach, nivå 2

- en kvalitetsutbildning från Unestål Education & ICC



Certifierad Life Coach



Internationellt certifierad Life Coach genom ICC, nivå 2

Livscoach är jämte Business Coach det mest populära coachyrket i världen. Dock har det hittills inte funnits någon specialistutbildning på området, dvs. ingen har hittills kunnat kalla sig för Certifierad Life Coach och denna utbildning blir därför den första som leder till en certifieringsutbildning i Livscoaching.

OM UTBILDNINGEN

Den vanliga orsaken till att söka en coach har varit att få hjälp med ett problem eller ett problemområde, oftast upplagt på 5 besök. En livscoach kan naturligtvis också arbeta med problem men det viktigaste området för en livscoach är Livsutveckling (personlig utveckling, ledarutveckling, relationsutveckling, etc.).

Det innebär att en livscoach ibland har kunder som man följer genom hela livet (livslång utveckling), vilket gör att man till skillnad från andra coacher inte behöver arbeta lika mycket för att få "nya kunder".

En livscoach kan också med fördel arbeta med executive coaching, eftersom en chef som anlitar en coach sällan gör det för "Business problems" utan mest för de livsproblem, som man inte kan diskutera med någon inom företaget. En livscoach hjälper människor att identifiera och uppnå personliga mål, från övergripande livsmål, byggda på en personlig vision, ned till de dagliga och vardagliga besluten.

Utbildningen innehåller det mesta av de verktyg, den kunskap och de färdigheter som behövs för att hjälpa dina klienter att utveckla ett liv med hög livskvalitet, livsmotivation och livsglädje.

VEM HAR NYTTA AV DENNA UTBILDNING?

Denna unika utbildning syftar till att utbilda coacher att hjälpa människor balansera sina liv. Du som arbetar med kost- och livsstilsfrågor, med HR-frågor, eller som lärare, terapeut, rådgivare kommer att ha stor nytta av denna utbildning i ditt dagliga arbete.

Arbetar du som Executive Coach med ledare på toppnivå behöver du de färdigheter kursen ger, då många verksamhetschefer saknar balans i livet. Kursen är utformad så att den också kan integreras med de färdigheter executive coaching ger i syfte att hjälpa chefer till en bättre livsbalans. Om du redan arbetar med coaching ger denna utbildning dig nya kunskaper, nya verktyg och möjligheter i ditt arbete som coach.

Det som gör denna utbildning helt unik är användningen av mental träning, mentala rummet och alternativa medvetandetilstånd i livscoachingarbetet.

KURSAKTA

Kursform: Live och distans
Examineringsform: Certifiering
Kurslängd: 5 dagars liveutbildning, plus planering, praktikum och certifiering.

UTBILDNINGENS UPPLÄGG & LÄNGD

Utbildningen till Life Coach utgörs av 4 dagars liveutbildning, + efterföljande praktikum samt 1 certifieringsdag. Praktikum innefattar egenträning samt livscoaching av 2 klienter under minst 7 tillfällen med minimum en veckas mellanrum.

FÖRKUNSKAPER

Certifierad ICC Coach, Nivå 1 eller motsvarande + PUMT (Mental Träning, steg 1).

KURSAVGIFT

29 000 SEK, exkl. moms
36 250 SEK, inkl. moms

INFO, KURSAVGIFT

I priset ingår kursmaterial och certifiering.

CERTIFIERING

Du blir certifierad genom International Coaching Community (ICC) när du är godkänd på alla certifieringsmoment. Du har 6 månader på dig för att bli klar med dina certifieringsuppgifter.

KURSORT & ANMÄLAN

Se www.unestaleducation.se/utbildningar

OM DU HAR FRÅGOR, KONTAKTA GÄRNA

Unestål Education, tel. 019-33 22 33
E-post: info@unestal.se

Du kommer att lära dig

- Life Coaching i teori och Praktik
- Din livsresa.
- Att hitta din ideala balans i livet.
- Självobservation som ett kraftfullt verktyg för förändring.
- Att upphöra att vara »offer« till att bli en agent som gör skillnad genom sina handlingar.
- Att handskas med stress.
- Att handskas med fördömanden och press ifrån "borden" som orsakar stress.
- Arbete på djupet med värderingar och att leva enligt dina värden.
- Attributionsteori.
- De tre sätten att tänka som orsakar stress och hur du förändrar dem.
- Positiv psykologi och glädje.
- Flow-tillståndet och hur du uppnår det.
- Hur du balanserar hängivenhet
- Relations Coaching
- Att coacha i området "Beslutsfattande"

Certifieringsprocess



PLANERING (16 TIM)

Du arbetar med att planera och fastställa mål genom självutvärderingsfrågor, bokrecensioner och planering av inlärningsupplevelsen.



TRÄNING (30 TIM)

Detta är den kurs (live) som krävs för att bli certifierad. Du utvecklar dina färdigheter för att lära dig viktiga coaching-koncept och praktisera dem varje dag.



CERTIFIERING (50 TIM)

Du genomför certifieringsaktiviteter - coaching av klienter, självutvärderings- och konceptuella integrationsuppgifter (tasks), bokrecensioner och självcoaching-projekt.

Certifieringsuppgifter



BOKRECENSION

Gör en skriftlig recension av en bok från litteraturlistan du får på träningen. Din recension distribueras till tränaren för kommentarer och feedback.



FORSKNINGSPROJEKT

Genomför ett forskningsprojekt om livscoaching. De skriftliga rapporterna bör endast innehålla återkoppling om processen och respektera den sekretess som överenskomits mellan coach och klient.



COACHINGPROJEKT

Coaching av 2 klienter vid minst 7 tillfällen med minst en veckas mellanrum. Coachingprojekten redovisar du skriftligt, eller i videoformat med skriftliga kommentarer, till tränaren inom sex månader.



SJÄLVCOACHNING

Genomför ett projekt för egen utveckling. Du ska presentera dina mål för projektet till tränaren - de värderingar de representerar och din handlingsplan - en månad före kursens slut. Projektet ska vara klart på tre månader, och en skriftlig rapport ska skickas till tränaren.



SKRIFTLIG TENTAMEN

Skriftlig tentamen som omfattar teori och praktik för professionell livscoaching.



FRÅGEFORMULÄR

med integreringsfrågor för utbildningsprogrammet.

Deltagare som på ett tillfredsställande sätt fullbordar kursen och utför de praktiska uppgifterna efter kursen erhåller ICC: s internationella certifiering i Life coaching.

The Internationalcoaching Community (ICC)

CERTIFIERING

Certifiering sker via ICC (International Coaching Community) som är en av världens största yrkesorganisationer för coacher och en registrerad *non profit* organisation i London, England. ICC bildades 2001 av Joseph O'Connor och Andrea Lages med visionen att främja, stödja och utveckla ett coachingyrke byggt på höga krav på kompetens och etik.

ICC:S COACHINGUTBILDNINGAR - ETT KOMPLETT UTBILDNINGSPROGRAM FÖR LEDARE

ICC erbjuder dig en professionell yrkesutbildning i coaching där du efter grundutbildningen kan välja att specialisera dig inom Teamcoaching, Livscoaching, Businesscoaching och Executive Coaching.

Unestål Education är först ut i Sverige med Business och Executive Coaching i en sammanslagen utbildning. Det bästa av båda utbildningarna!

NIVÅ 1 Grund	Internationell Coach Certifiering	
NIVÅ 2 Specialisering	Team Coaching	Life Coaching
	Business Executive Coaching	

TILLGÅNG TILL EN GLOBAL GEMENSKAP

ICC certifiering ger dig tillgång till ett livslångt medlemskap i ICC, ett internationellt samfund med medlemmar i många delar av världen, där ni delar en gemensam syn på hög kvalitet, etik och normer i coachingyrket. ICC Academy är en global källa för fortsatt utbildning för coacher i form av online seminarier, artiklar och distanskurser som levereras av ICC's internationella nätverk av tränare.

EMCC-ACKREDITERING

Utbildningen International Coaching Certification Training – nivå 1 är utvecklad av Lambent Coaching och är ackrediterad genom EMCC på EQA-nivå (foundation). Detta innebär att utbildningen är kvalitetssäkrad internationellt och håller en mycket hög nivå.

EMCC (European Mentoring and Coaching Council) är en oberoende, opartisk och icke vinstdrivande organisation som ställer höga krav på kvalitet på utbildningar i coaching och mentorship och vid certifiering av coacher och mentorer. Med bas i Europa och med globalt fokus arbetar organisationen med att sätta standarden och normerna för yrket enligt principen *best practice*.

VILL DU TA DUBBLA CERTIFIKAT?

Vi är godkända av EMCC, så om du vill ta dubbla certifikat kan vi utfärda ett intyg för din portofolio på 20 coachtimmar som du kan använda för din redovisning till EMCC.

Dina trainers, Lars-Eric & Elene Uneståhl

Lars-Eric och Elene Uneståhl, har lång och gedigen erfarenhet och hög kompetens i att arbeta med människors personliga utveckling samt med verksamhets- och teamutveckling. De har utbildat ca 1 200 coacher i Sverige och fått höga poäng och omdömen på kursutvärderingar.



Lars-Eric är bl.a. ICC Coachtrainer, Fil. Dr, Professor i tillämpad psykologi och mental träning och grundare av SLH (Unestål Education).



Elene är bl.a. utbildad beteendevetare, kognitiv och hypnoterapeut, Lic. Mental Tränare, ICC Coachtrainer och NLP-tränare.

Läs mer om Lars-Eric och Elene på www.unestahl.com och www.elene.nu.