

ICA // INSTITUT FÜR COACHING & ACHTSAMKEIT

MINDFUL-LEADERSHIP IM
COACHING // MILCO

01



**SIE MÖCHTEN FÜHRUNGSKRÄFTE
ACHTSAMKEITSBASIERT IM
COACHING BEGLEITEN? -
MILCO UNTERSTÜTZT SIE DABEI!**



MILCO ALS ACHTSAMER BEGLEITER

Mindful Leadership Im **Coaching**

Wir bieten ein neues
Weiterbildungsprogramm am Institut für
Coaching und Achtsamkeit (ICA) für bereits
ausgebildete Coaches an, die Führungskräfte
beim Mindful Leadership begleiten wollen.

Wir freuen uns die Inhalte vorzustellen.

02



03

INHALTE UND METHODEN



Zentraler Bestandteil der Weiterbildung sind praktische Übungen, die nicht nur dem Klienten an die Hand gegeben werden, sondern auch dazu dienen Achtsamkeit in alltägliche Lebenssituationen des Coaches zu bringen.

Durch die praktischen Übungen im Rahmen der Weiterbildung zum "Mindfulness Leadership Coach" vermitteln wir ein tief wirksames Coaching Training. Intensive Übungen von Achtsamkeit im Coaching Kontext begegnen uns als roter Faden bei der Weiterbildung.

Dadurch entwickelt sich eine achtsame Haltung im Coaching und Führungskräfte werden dabei unterstützt ihre eigene Haltung zu reflektieren. Das Gelernte wird zum Schluss als Beitrag für die Gesellschaft in Form einer "Praxisarbeit" weitergeben.

INHALTLICHE MODULE - OUTCOME

14. - 15.05.2022

MODUL I

Grundlagen Mindfulness

- Lernen sich selbst mit achtsamer Innenschau zuzuhören
- Emotionale Intelligenz im Zusammenhang mit Selbstführung

Selbstführung

- Selbstwahrnehmung und Umgang mit den eigenen Emotionen
- Wie führe ich mich selbst?

Referenten Marco Starck, John Lack

25. - 26.06.2022

MODUL II

Mindful Leadership

- Herausforderungen einer Führungskraft
- Raum schaffen für den Umgang mit Gefühlen in Unternehmen
- Emotionale Intelligenz im Zusammenhang mit Führung

Referenten Marco Starck, John Lack

22. - 23.07.2022

MODUL III

Achtsamkeitsformate in der Praxis

- Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR)
- Mindful Self Compassion (MSC)
- Search Inside Yourself (SIY)
- Salzburger Achtsamkeitsmodell (SAM)

Referenten Mathias Riedel, Gesa Badenhorst

03. - 04.09.2022

MODUL IV

Achtsame Kommunikation und psychologische Sicherheit

- Integration von achtsamer Kommunikation in den Coaching Prozess
- Schaffung von psychologischer Sicherheit bei der Führung

Referenten Marco Starck, John Lack

22. - 23.10.2022

MODUL V

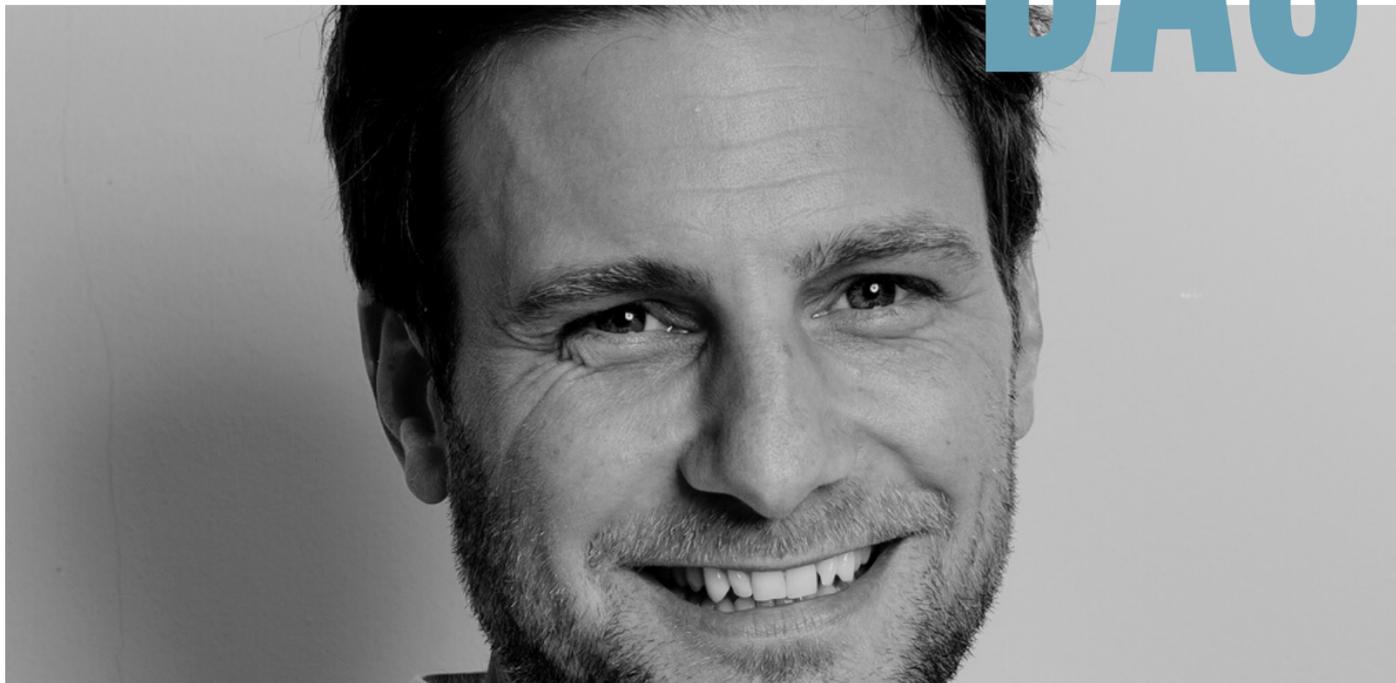
Mindful Contribution

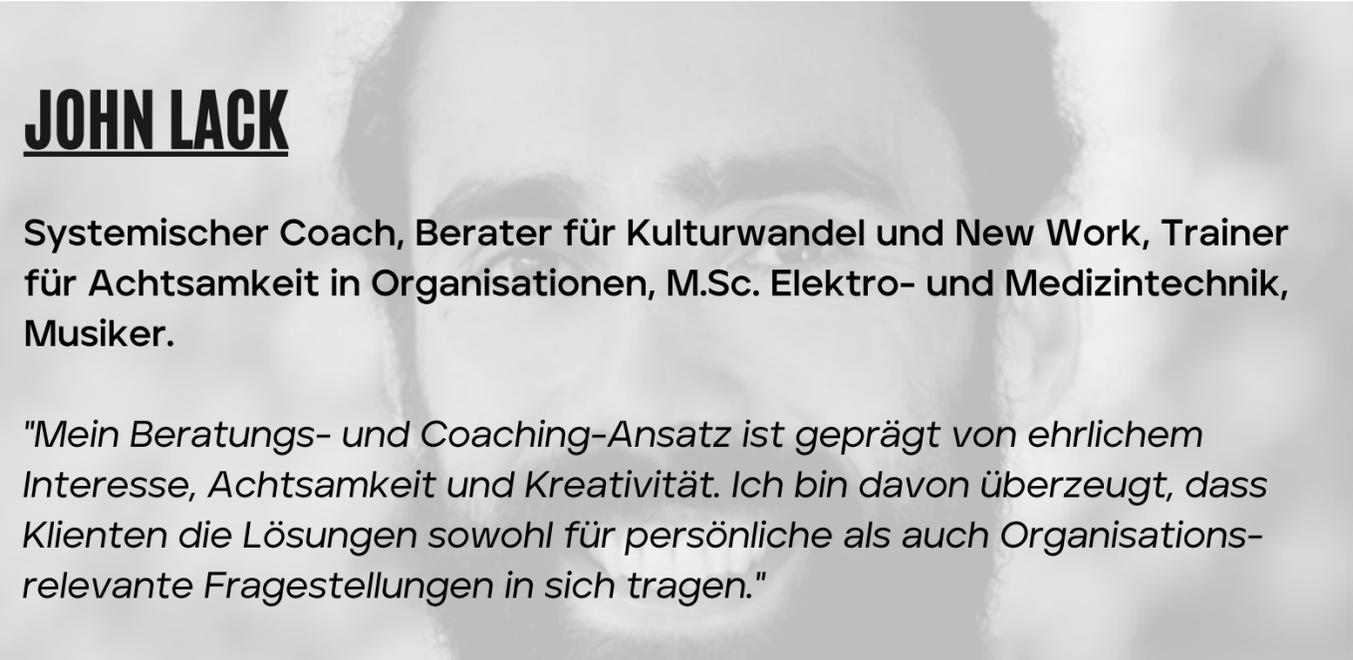
- Entwicklung eines eigenen "Mindful Leadership" Projektes
- Kreative Methoden zur Projektentwicklung

Referenten Marco Starck, John Lack



DAS TEAM

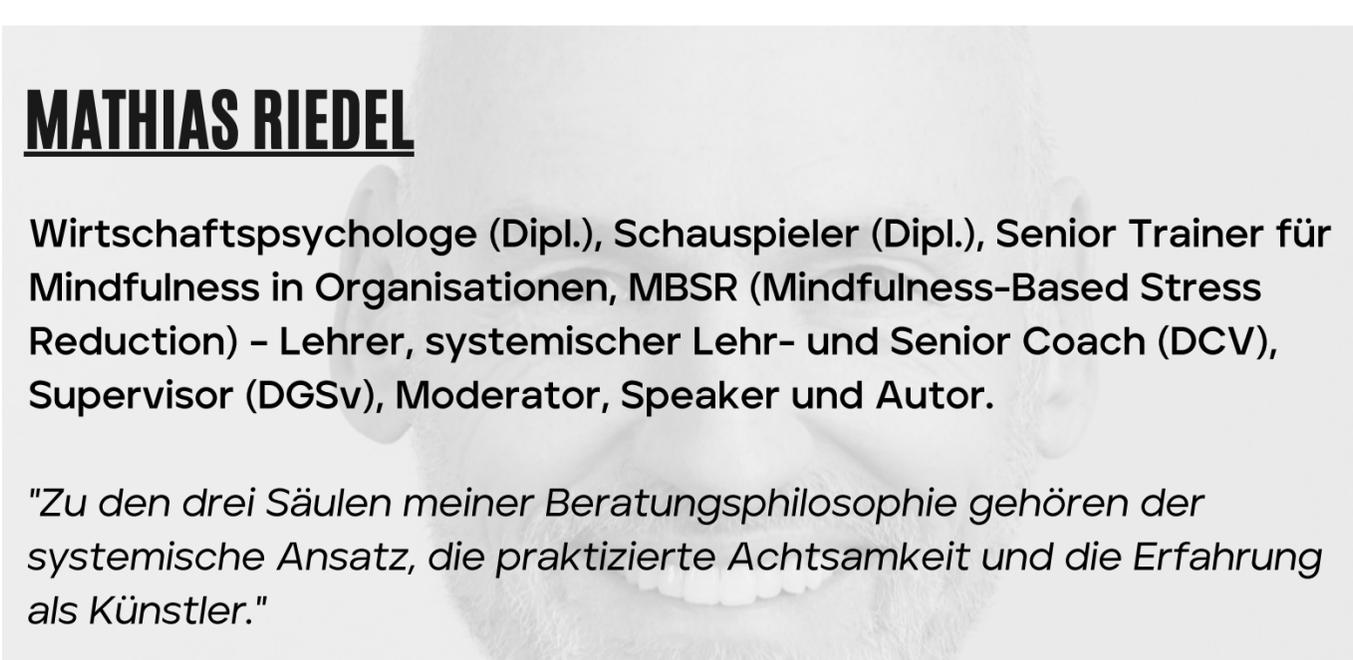




JOHN LACK

Systemischer Coach, Berater für Kulturwandel und New Work, Trainer für Achtsamkeit in Organisationen, M.Sc. Elektro- und Medizintechnik, Musiker.

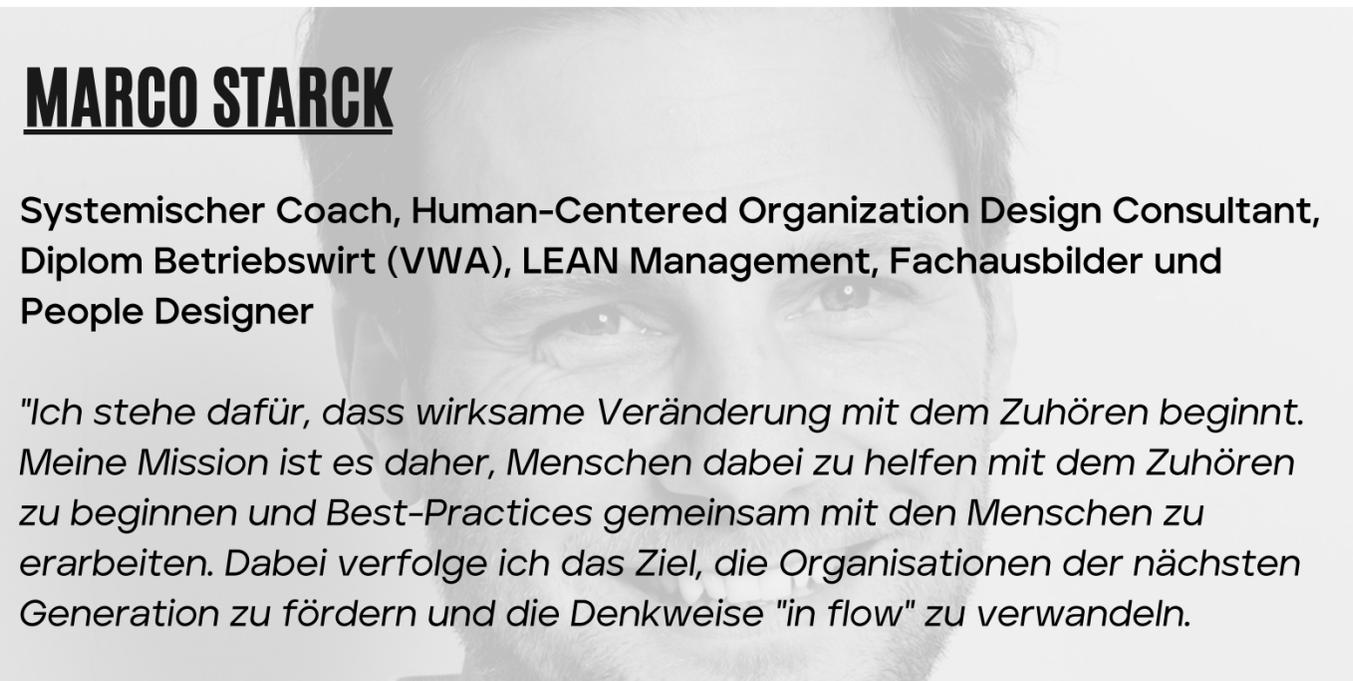
"Mein Beratungs- und Coaching-Ansatz ist geprägt von ehrlichem Interesse, Achtsamkeit und Kreativität. Ich bin davon überzeugt, dass Klienten die Lösungen sowohl für persönliche als auch Organisations-relevante Fragestellungen in sich tragen."



MATHIAS RIEDEL

Wirtschaftspsychologe (Dipl.), Schauspieler (Dipl.), Senior Trainer für Mindfulness in Organisationen, MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction) – Lehrer, systemischer Lehr- und Senior Coach (DCV), Supervisor (DGSv), Moderator, Speaker und Autor.

"Zu den drei Säulen meiner Beratungsphilosophie gehören der systemische Ansatz, die praktizierte Achtsamkeit und die Erfahrung als Künstler."



MARCO STARCK

Systemischer Coach, Human-Centered Organization Design Consultant, Diplom Betriebswirt (VWA), LEAN Management, Fachausbilder und People Designer

"Ich stehe dafür, dass wirksame Veränderung mit dem Zuhören beginnt. Meine Mission ist es daher, Menschen dabei zu helfen mit dem Zuhören zu beginnen und Best-Practices gemeinsam mit den Menschen zu erarbeiten. Dabei verfolge ich das Ziel, die Organisationen der nächsten Generation zu fördern und die Denkweise "in flow" zu verwandeln."



GESA BADENHORST

Schauspieler (Dipl.), Dozentin für Sprachgestaltung und Stimmbildung, MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction) – Lehrerin, Pädagogin und Coach.

"Einfach da sein. Miteinander. Möglichst aufmerksam. Raum geben. Wahrnehmen was ist. Mitfühlend. Es darf so sein."

HINTERGRUND

07



MINDFUL-LEADERSHIP IM COACHING //MILCO

Spätestens seit der COVID Situation scheint die Schnelligkeit im Arbeitskontext noch um einige Umdrehungszahlen zugelegt zu haben. Veränderungszyklen von Unternehmen und Organisationen treten nicht nur häufiger auf, sie sind auch kurzlebiger und werden immer digitaler.

Schenkt man den im Rahmen eines Coaching Prozesses auftretenden Themen die Aufmerksamkeit, könnte man annehmen, dass der (gefühlte) Druck, insbesondere auf Seiten der Führungskräfte in Unternehmen, steigt:

Dabei geht es um die psychische Arbeitsbelastung, um Sorgen, Ängste und Fragen nach dem Sinn der Arbeit bis hin zur Orientierungslosigkeit. Diesen Themen wollen wir uns als Coaches stellen und den Führungskräften im Coaching Prozess achtsam als Prozessbegleiter zur Verfügung stehen.

ZIELE

08

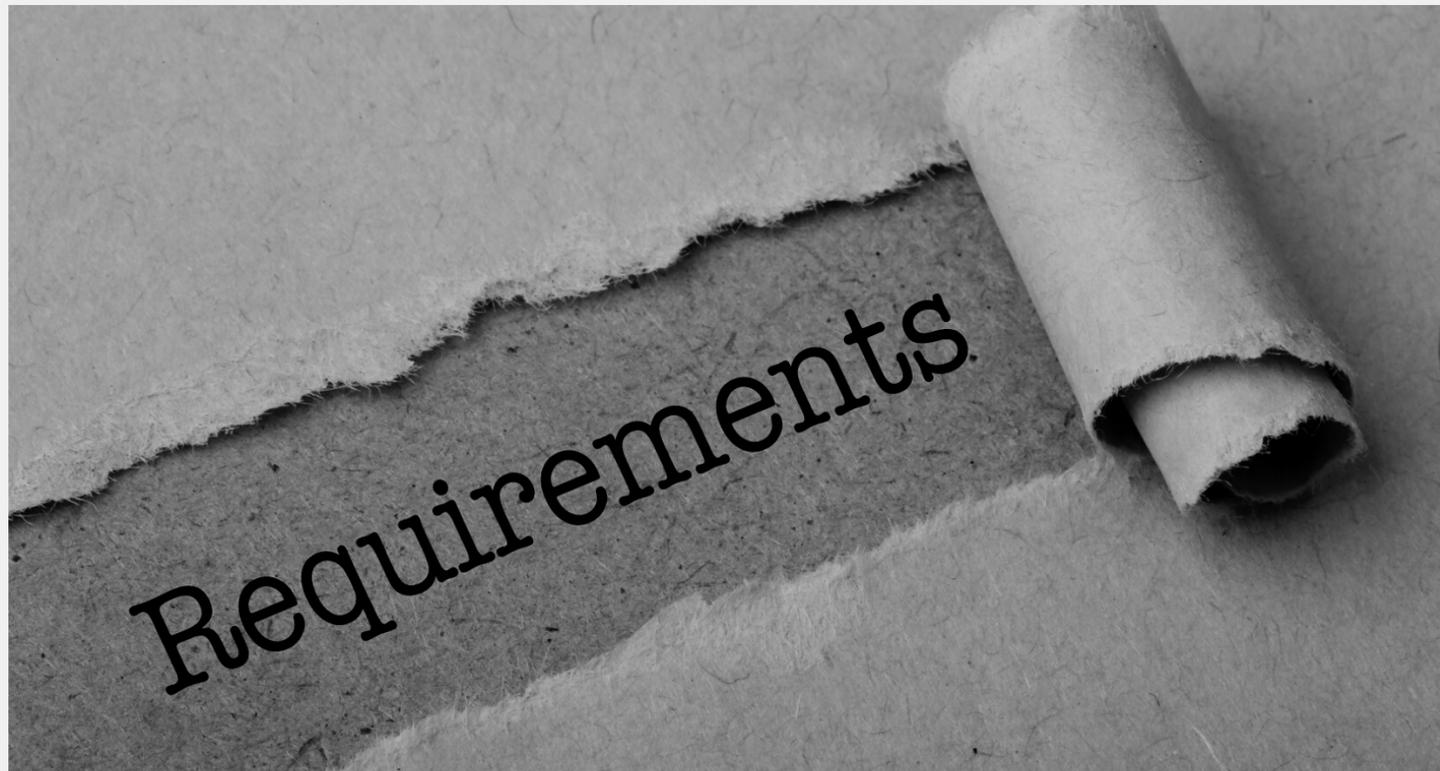


MINDFUL-LEADERSHIP IM COACHING //MILCO

- Sie werden ein praktisches Verständnis für "Mindful Leadership" mitnehmen.
- Sie werden Konzepte und Methoden lernen, die Sie beim Coaching anwenden können. All diese werden Sie im Rahmen der Weiterbildung anhand von praktischen Übungen ausprobieren.
- Sie werden ein eigenes Konzept zu "Mindful Leadership" entwickeln, mit dem Sie das Gelernte als eigenen Beitrag zur Gesellschaft weitergeben können. Getreu dem Motto "Sharing is caring."

VORAUSSETZUNGEN

09



MINDFUL-LEADERSHIP IM COACHING //MILCO

- Vorgespräch mit dem Ausbildungsleiter
- Zertifizierte oder anerkannte Weiterbildung als Coach und/oder Berater mind. 200 Stunden Umfang
- Bereitschaft zu experimentieren, gedankliche Grenzen und die der eigenen Ausdrucksmöglichkeiten zu erweitern im Austausch mit anderen
- Forschergeist im Bereich der achtsamen Führung

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

10



TEILNAHMEBEDINGUNGEN // MILCO

Der Vertrag ist mit dem ICA geschlossen und gilt als bindend, wenn Sie per Email über die erfolgreiche Anmeldung informiert werden. Eine Teilnahme ist nur möglich, sofern die Gebühren vor Beginn der Weiterbildung bzw. bei monatlicher Ratenvereinbarung vor Beginn des jeweiligen Moduls, entrichtet wurden.

Wir akzeptieren keine Barzahlung. Für Anmeldungen, die weniger als 48 Stunden vor Beginn der Weiterbildung zurückgezogen werden oder bei Fernbleiben, wird die volle Weiterbildungsgebühr berechnet. ICA behält sich das Recht vor, bei Nichterreichen der Mindestteilnehmeranzahl (zum Ende der Stornierungsfrist) oder aus anderen wichtigen unvorhersehbaren Gründen abzusagen oder die Termine zu verlegen.

DETAILS

KURSDAUER

5 Module á 2 Tage

TERMINE

Modul I: 14. - 15.05.2022

Modul II: 25. - 26.06.2022

Modul III: 22. - 23.07.2022

Modul IV: 03. - 04.09.2022

Modul V: 22. - 23.10.2022

KURSGEBÜHR

(OHNE KOST UND LOGIS)

Für **Privatpersonen**

Frühbucherpreis bis 15.03.2022:

3.700,- Euro (exkl. MwSt.)

Regulärer Preis:

4.200,- Euro (exkl. MwSt.)

VERANSTALTUNGORT

ICA Berlin

Für **Unternehmen**

Frühbucherpreis bis 15.03.2022:

4.300,- Euro (exkl. MwSt.)

Regulärer Preis:

4.800,- Euro (exkl. MwSt.)



Leadership

Erst wenn ich mich selbst führen kann,
bin ich bereit auch andere Menschen bei ihrer
Führung zu begleiten.

13

ANMELDUNG

Bitte Anmeldung auf unserer Website
oder Mail mit "Anmeldung" an:

E-MAIL-ADRESSE

office@ica-berlin.de

TELEFONNUMMER

+49 (0) 30 44 32 31 32

AUSBILDUNGSLEITER

Marco Starck

+49 (0) 160 902 11380