

# NLP Coaching™

## Målrettet refleksion og nytænkning

**Lær at coache mennesker med modstand til bedre samarbejde og nytænkning. Bliv bedre til at konfrontere og stimulere andres udvikling og vækst.**

Coaching handler om at assistere og understøtte andre i udvikling af deres kompetencer og egen ansvarlighed. Derfor er coaching et relevant værktøj i enhver samarbejdsrelation, hvor målet er at påvirke andre mennesker på en respektfuld og konstruktiv måde, og samtidig tage hensyn og udgangspunkt i forskellige situationer, ressourcer og behov .

Coaching handler om at skærpe bevidstheden om målet og hvilke handlinger fungerer i forhold dertil. Når man coacher hjælper man andre med at reflektere over mål og midler. Samtidig udfordrer man ubevidste og begrænsende mønstre eller tankesystemer. Derved giver coachen inspiration til at tænke i nye baner med et større spillerum.

Som coach må du kunne rumme andre og samtidig give plads til dem. Det forudsætter, at du selv er 'gået vejen', har sørget for udvikling af dine egne personlige kompetencer. For coaching er 80% personlighed og indstilling, og kun 20% praktisk håndværk.

Derfor skal du have deltaget i kurset NLP Selvledelse først. Kurset sigter på udvikling af dine personlige kvaliteter og træning af de praktiske færdigheder som coach. Til det formål indgår der også videofeedback.

### Læringspunkter

- Brug af positive forudsætninger
- Slippe egne begrænsende holdninger
- At arbejde med andres motivation
- Fleksibilitet overfor blokeringer
- At udfordre andres indvendinger
- Udvikling uden at dominere andre
- Plads til ideer og kreative tanker
- Overblik og fokus
- Hvordan man undgår tanke loops
- Målrettet situationsbestemt ledelse
- Håndtering af vanskelige samtaler

### Programpunkter

- Coaching - metode & grænseflader
- Situationsbestemt coaching
- Selvtillid og selvværd i hverdagen
- Anerkendende coang
- Leder/Kollega coaching
- Lytte-og Spørgeteknik
- Brug af konstruktive forudsætninger
- Coaching af modstand & motivation
- Coaching af vanskelige samtaler
- At komme fra mål til handling
- Coaching af feedback og grupper

Kurset er en kombination af teori og refleksion med masser af praktisk træning med video feedback. Under kurset bliver deltagerne coachet og superviseret af underviser. Du må gerne medbringe egne cases til kurset og få personlig sparring på netop din situation. På 2. modul lærer du at håndtere de 'vanskelige samtaler' rigtigt og effektivt.

Kurset er for alle som ønsker at optimere deres samarbejde med andre, som vil være bedre til at skabe nytænkning, refleksion og win-win situationer. Alle som vil være endnu bedre til at coache i hverdagen eller trænger til genopfriskning

*"A problem is a chance for you to grow and learn to do your best."*

*Duke Ellington*

### Kursusinfo

5 dages internatkursus, 2 moduler på 3 + 2 dage med 1 måned imellem.

4 kurser om året afholdes feb-mar, maj-jun, sep-okt, nov-dec

### Kursuskalender på

[www.feldstedt.dk](http://www.feldstedt.dk)

### Tilmelding via hjemmesiden

[www.feldstedt.dk/kurstilmelding/](http://www.feldstedt.dk/kurstilmelding/)

### Kursussted

Sauntehus Slotshotel, 3160 Hornbæk

### Pris

18.800,00 + moms  
Inklusive ophold + materialer

### Kursusleder



### Mathilde Feldstedt

Læge, NLP Træner, Master Coach PCC  
ICF akkrediteret assessor  
Tidligere Mannaz underviser

**Feldstedt Consulting ApS**  
Solholt 6  
DK 2960 Rungsted Kyst

**telefon: 45767030**  
**mobile: 28407030**  
**email: [mathilde@feldstedt.dk](mailto:mathilde@feldstedt.dk)**