

# GROW2 COACHUDDANNELSE GROW2 CERTIFICERET COACHUDDANNELSE®

– DIN DIREKTE VEJ TIL EN ICF CERTIFICERING

En **STYRKEBASERET**  
coachuddannelse der  
udvikler dit  
**LEDERSKAB & DIG**  
som **PROFESSIONEL**  
**COACH**



**ICF**  
**AKKREDITERET**

“Jeg er meget glad for at have valgt GROW2's certificerede coachuddannelse. Den udmærker sig ved et meget gennemarbejdet teoretisk fundament.”

**Ulla Bertelsen,**  
Direktør – Parternes Uddannelses Fællesskab

“Jeg vil gerne anbefale CROW2 s coaching uddannelse, som er en særdeles professionel coach uddannelse – meget højt fagligt niveau.”

**Jan Lind-Hansen,**  
Project Manager, HR, Nordea

# VELKOMMEN TIL HØJ KVALITET - DANMARKS FØRSTE ICF GODKENDTE UDDANNELSE

## GROW2 COACHUDDANNELSEN

Er et intensivt forløb med en høj faglig standard, der udvikler dit indre lederskab, dine personlige og faglige kompetencer, så du kan motivere og udvikle dit personale eller din coachee til at opnå ønskede resultater.

GROW2 Coachuddannelse er en professionel og grundig uddannelse med et optimalt læringsmiljø. Uddannelsen blev i 2007 Danmarks første ACTP Akkrediteret coachuddannelse. GROW2 Coachuddannelsen er din DIREKTE vej til en International Coach Certificering.

GROW2 uddanner professionelle coaches, der kan udføre situationsbestemt coaching, og som kan gøre en forskel for sig selv, sine medarbejdere, kollegaer eller coachee. Undervisningen sættes i relation til din virkelighed og dit arbejde. Det betyder at du får integreret det du lærer, så coaching bliver naturligt for dig at bruge i din hverdag.



GROW2 ejes af Connie Friman, der er Master Certified Coach, MCC, fra ICF og Master i Positiv Psykologi fra Aarhus Universitet. Hun har endvidere en bred erhvervs- og ledererfaring, som sættes i spil i undervisningen. Connie var præsident for ICF Nordic samt medstifter af ICF Danmark i 2007.

## INTERNATIONALE STANDARDER

GROW2 er ICF akkrediteret på højeste niveau fra ICF. Det betyder, at du sikres et professionelt højt fagligt og etisk niveau og at du kan ikke skal op til yderligere engelsk\* mundtlig eksamen hos ICF. GROW2 coachuddannelserne lever op til ICF's forskellige niveauer for certificering.

## PROFESSIONELLE UNDERVISERE

Alle undervisere hos GROW2 er ICF-certificerede og har flere års erfaring som professionelle coaches, ledere, konsulenter og undervisere. Hos GROW2 er alle undervisere i løbende videreuddannelser og mentorcoaching. Det betyder, at du hos GROW2 får professionel samt grundig feedback og supervision fra erfarne coaches.

\* ICF Danmark arbejder på, at det bliver muligt at kunne gå til disse eksamener på dansk.

## MÅLGRUPPE:

Uddannelsen er til dig, der vil benytte coaching i forbindelse med dit erhverv.

## HOS GROW2 FÅR DU:

- Den nyeste teori om coaching, motivation, trivsel og arbejdsglæde
- Erfaring i at coache og facilitere forandringsprocesser
- Praktisk erfaring i at coache
- Professionel og grundig feedback/supervision på dine coachkompetencer
- Træning i tele/webcoaching og webkonferencer
- Udførligt materiale, til brug under og efter uddannelsen
- Et farverigt coach-netværk
- Max. 18 deltagere pr. hold
- 2 professionelle coachsessioner
- Fri adgang til vores materialer og webkonferencer

## TEORETISK FUNDAMENT

GROW2 Coachuddannelsen er designet ud fra de krav og standarder, ICF definerer. GROW2 er styrkebaseret coaching med fundament i teorier fra systemisk- og kognitiv tænkning, NLP, neurosciense, nyere motivations forskning, EQ og positiv psykologi.

## SOM COACH LÆRER DU AT:

- Mestre rollen som professionel coach på ICF niveau
- Udvikle dit lederskab
- Coache forskellige personlighedstyper
- Være fleksibel i brug af coachmetoder og teorier
- Arbejde med modstand mod forandringer
- Skabe nye værdifulde vaner og mindset
- At coache interne og eksterne konflikter
- Skabe en coaching kultur i virksomheden
- Være lederen som coach
- Coache efter ICF høje etiske regler og kompetencekrav
- Motivere dig selv, din coachee og dine medarbejdere
- Kommunikere professionelt og fleksibelt

"Jeg vil gerne anbefale GROW2's coaching uddannelse, som er en særdeles professionel coach uddannelse – meget højt fagligt niveau med masser af træning og personlig feedback fra instruktører og kollegaer. Udover at jeg har opnået færdigheder i coaching på et højt niveau har forløbet også været en rejse i større selvudvikling."

Jan Lind-Hansen, Project Manager, HR, Nordea

# LEARNING BY DOING

## EKSAMEN

Hos GROW2 afsluttes uddannelsen (5 moduler) med en eksamen, hvor du bliver eksamineret i forhold til de krav, der stilles af ICF for at opnå en ACC-Certificering. Efter bestået eksamen får du et GROW2 certifikat, der bekræfter, at du har modtaget 125 timers ICF godkendt undervisning (125 ACSTH). Efter bestået eksamen, kan du kalde dig GROW2 Certificeret Coach®.

Certifikatet skal du bruge til din videre eksamen hos ICF når du opfylder de øvrige krav. GROW2 Certificeret coachuddannelsen er også adgangsgivende til GROW2 Master Coachuddannelsen. Efter bestået eksamen kan du kalde dig GROW2 Certificeret Coach®.

## KRAV TIL OPNÅELSE AF GROW2 CERTIFIKAT

- Gennemført de 5 grundmoduler og bestået eksamen
- Givet min. 10 coachsessioner til en medstuderende
- Givet min. 10 coachsessioner til en ekstern person
- Modtaget min. 10 coachsessioner fra en medstuderende
- Afleveret researchrapport
- Deltaget på planlagte webkonferencer
- Deltaget på superviserede coach sessioner
- Modtaget 2 professionelle coachsessioner

## ICF FORKORTELSER

ICF- International Coach Federation er verdens største og førende organisation for professionelle coaches og coachuddannelser. ICF tæller mere end 18.000 medlemmer på verdensplan.

- ACTP** Accredited Coach Training Program
- ACSTH** Approved Coach Specific Training Hours
- CCEU** Continuing Coach Education Units
- ACC** Associate Certified Coach
- PCC** Professional Certified Coach
- MCC** Master Certified Coach

## PRAKTISK

Al undervisning er baseret på principper fra action learning og cooperative learning. Der vil være teoretiske oplæg, praktiske øvelser og coachtræning med feedback. Undervisning, teori og træning sættes i relation til din virkelighed og dit arbejde.

Mellem modulerne deltager du i webkonferencerne, træner coaching, arbejder med dine skriftlige opgaver og udviklingspunkter, så du beviser overfor dig selv, din ledelse og kolleger, hvad du rent faktisk lærer. Uddannelsen kræver, at du er engageret, træner og overholder eget ansvar for fortsat udvikling og læring.

**TID** Kl. 9.00 – 17.00. Sidste dag kl. 9.00 – 16.00

**STED** Aarhus og Storkøbenhavn

**PRIS** 1 modul kr. 9.500,-  
3 moduler kr. 27.500,-  
- efterfølgende moduler pr. modul kr. 9.500,-

5 moduler kr. 44.000,-  
ved samlet køb, pris **kr. 39.950,-** SPAR KR. 4.500,-  
Alle priserne er ekskl. moms.

## INKLUSIV

- Sund, inspirerende og varieret forplejning
- Materialer fra vores materielbank, som du selv downloader
- Ubegrænset brug af materialer og webkonferencer også efter endt uddannelse
- Webkonferencer
- Superviserede coach sessioner
- 2 professionelle coachsessioner, ønsker du flere sessioner er prisen pr. session kr. 1500,- ex. moms
- Eksamen med eksterne censorer der er ICF certificeret.
- GROW2 Certificeret Coach® logo

**FANTASTISK!** Fra første dag har det været inspirerende, seriøst, udviklende, sjovt og lærerigt. Jeg har oplevet GROW2's coachuddannelse som en kompetent og seriøs uddannelse, der gennemsyres af høj kvalitet i tilrettelæggelse, undervisning og undervisningsmateriale. Jeg er helt tryk ved at skulle ud i verden og coache, for jeg føler mig virkelig godt rustet til det. Men jeg er absolut ikke mæt, for forløbet har i den grad givet mig appetit på at lære endnu mere - det er stærkt vanedannende!  
Janne Jeppese, Socialrådgiver –Midtjylland

# INDHOLD PÅ UDDANNELSEN

## MODUL 1

- ICF kernekompetencer og etiske regler
- Coachingens filosofi og teoretiske fundament
- At etablere coachkontrakten, den psykologiske kontrakt
- Coaching og beslægtede roller
- Grundlæggende coach kommunikation
- GROW2 coachmodellen

## MODUL 2

- Aktiv lytning
- Kraftfulde spørgsmål
- Coaching af forskellige opfattelses- og læringstyper
- Udvidet coach kommunikation og spørgsmålstyper
- Skabe bevidsthed hos coachee om hans vaner og "skemaer"
- Hjernen som med eller modspiller- the "Inner Game"
- Motivation og mestringsevne

## MODUL 3

- Modstand mod forandringer
- Fra undskyldningernes holdeplads til indflydelsesrig aktør
- Perspektivering og Direkte kommunikation
- Overbevisninger, deres struktur og skygger
- Grundlæggende teori om behov og følelser
- Coaching af konflikter

## MODUL 4

- Værdi coaching
- Redskaber til forfinelse af din coaching
- Coaching af forskellige personlighedstyper og din egen profil
- Motivation udvidet – Self Determination Theory
- Overensstemmelse i kompetence- og identitets niveauerne
- Helheds coaching

## MODUL 5

- Coaching af vision, mission og strategi
- At skabe en coaching kultur hos dig selv og i virksomheden
- Din opgave bringes i spil
- Skab gode systemer som coach
- Luk op for din kreativitet og intuition
- Coach med åbent sind, hjerte og vilje
- Din vision, mission og strategi.

## DIG SOM COACH

Du får et klart billede af, hvad ICF-coaching er, samt hvad der kræves i den specifikke coachingrelation, for at du lever op til ICF's etiske og faglige krav. Når du går hjem fra dette modul har du lært de grundlæggende coachfærdigheder og den effektive GROW2 coachingmodel, der sikrer, at du som coach virkelig gør en forskel. Fokus er på dine styrker og fokus områder som coach.

## BRYD IGENNEM

Du lærer at stille tydelige og kraftfulde spørgsmål, der fører til ny indsigt, læring og refleksion. Målet med dette modul er, at du går hjem med værktøjer, der sikrer, at du kan finde ind til sagens kerne af den udvikling, coachee ønsker. Du lærer at lytte og spørge ind til de styrker, ressourcer og vaner, der støtter eller forhindrer coachee i at udvikle sig til at nå sine ønskede mål. Du bliver i stand til at udføre en coachsession, der gør en forskel.

## SKAB FORANDRING

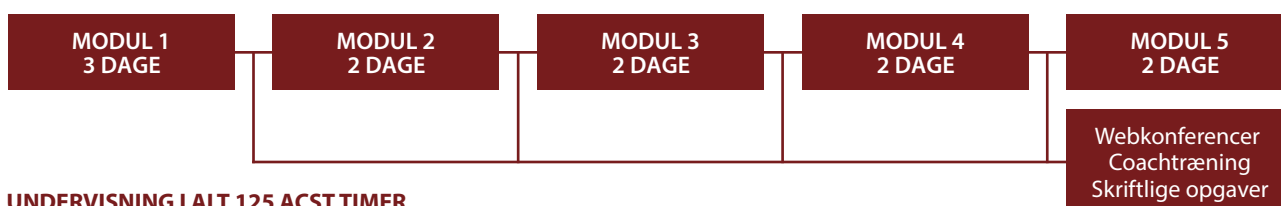
Dette modul har fokus på, hvordan du skaber motivation og finder frem til det, der virkelig er drivkraften for handling. Du lærer at kunne coache i feltet modstand mod forandringer og fastlåste mønstre. Vi arbejder med perspektivering, overbevisninger, direkte kommunikation, coachens nærvær og tilstedeværelse, så du kan skabe læring, indsigt og bevidsthed hos coachee.

## PERSONLIG POWER

Målet med dette modul er at forfine din coaching med powerfulde værktøjer, der gør, at du som coach brænder igennem og bliver i stand til at skabe værdifulde forandringer hos dig selv og dine klienter. Du lærer, hvordan man øger sin effektivitet, ændrer sin stresstærskel og får balance mellem arbejde og privatliv. Fokus er på helhedscoaching og kreativitet.

## NØGLEN TIL SUCCES

Fokus er på dig, dine coachambitioner og hvordan du skaber en coachingkultur i virksomheden eller i egen praksis. Du lærer at coache processer til frembringelse af vision og mission for din coachee. Med modellen over de neurologiske niveauer til forandring kan du som coach sikre, at der sker reel overensstemmelse mellem drømme, tanker, mål og handling. Modulet afsluttes med din opgave og certificering.



## UNDERVISNING I ALT 125 ACST TIMER

Webkonferencer og superviserede coach sessioner 10 timer

Coachtræning af interne og eksterne coachee's 20 timer

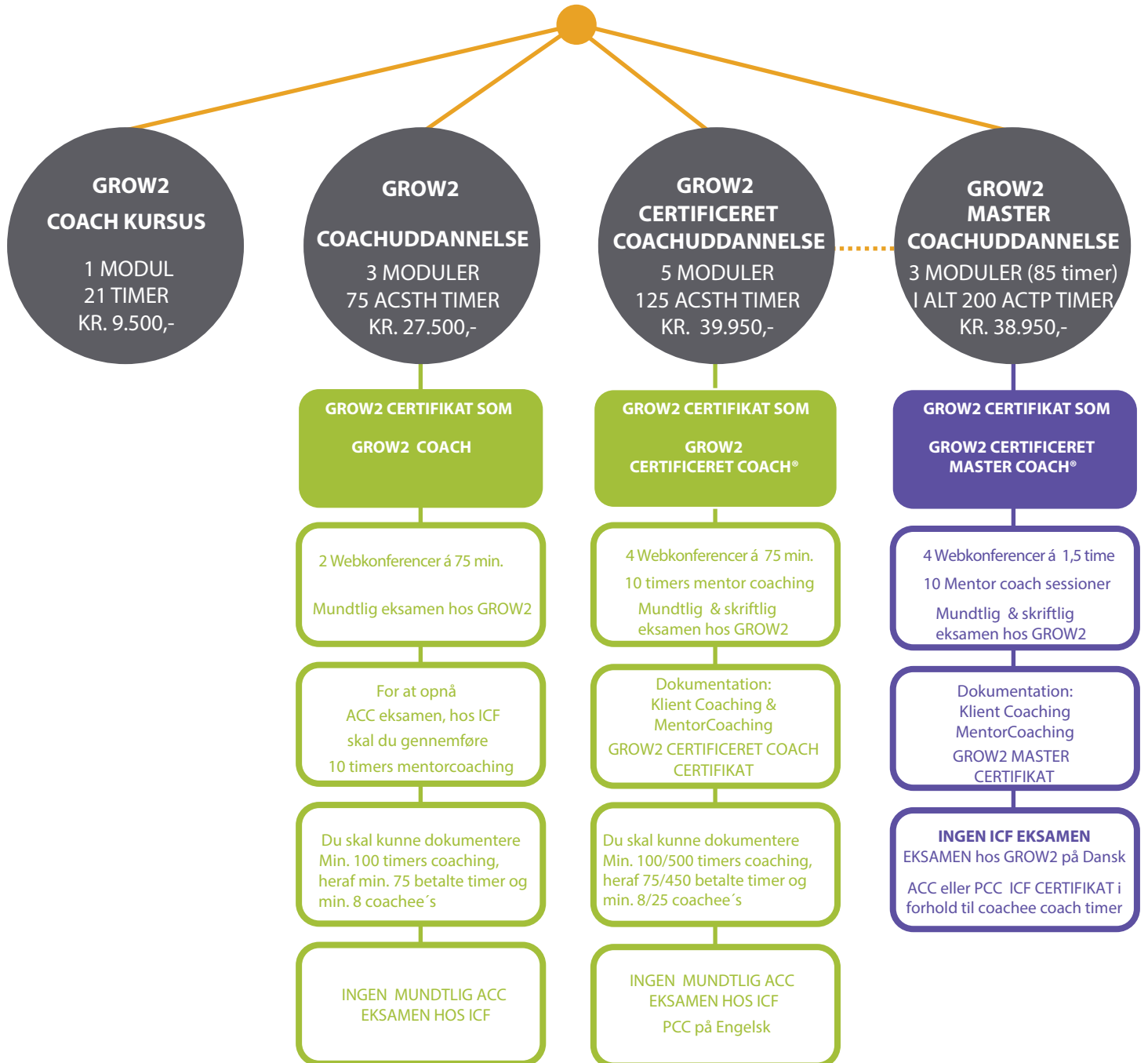
Skriftlig opgave ca. 3 timer

Researchrapport ca. 15 timer

læsning og øvrig træning ca. 25 timer

# HOS GROW2 SIKRER VI DIG EN ANERKENDT COACHUDDANNELSE

HER STÅR DU OG HER ER DINE VALG MULIGHEDER

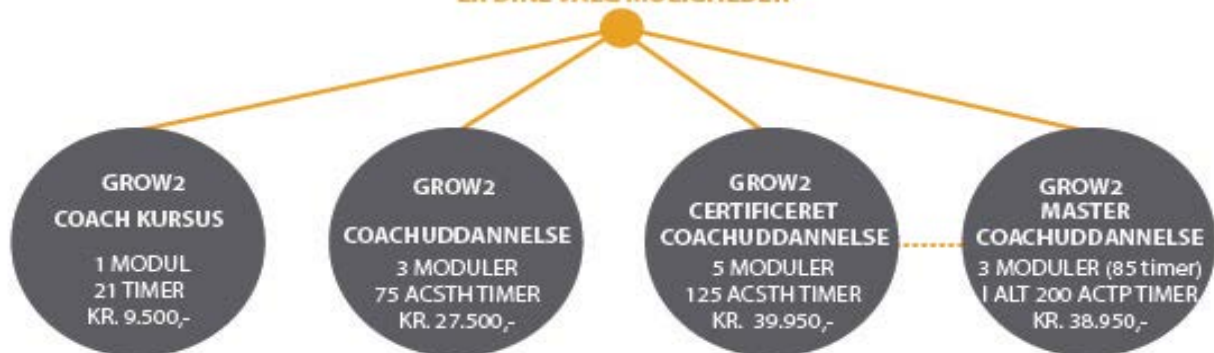


## OPNÅ BESPARELSE!

Pris ved samlet køb af 5 moduler Kr. 39.950,- **DU SPARER 4.500,-**  
Pris ved samlet køb af GROW2 Certificeret Coachuddannelse og GROW2 Master Coachuddannelse® Kr. 74.900,- **DU SPARER 6.050,-**

# OVERSIGT OVER GROW2 COACHUDDANNELSERNE

HER STÅR DU OG HER ER DINE VALG MULIGHEDER



	<b>GROW2 COACH</b>	<b>GROW2 CERTIFICERET COACH</b>	<b>GROW2 MASTER COACH</b>
<b>GROW2 CERTIFIKAT</b>	<b>GROW2 COACH</b> 75 ACSTH timer	<b>GROW2 CERTIFICERET COACH</b> 125 ACSTH timer	<b>GROW2 CERTIFICERET MASTER COACH</b> 200 ACTP timer
<b>TIMER</b>	75 timer	125 timer	200 timer
<b>MODULER</b>	3 moduler - 9 DAGE	5 moduler - 15 DAGE	3 moduler – 6 DAGE
<b>DELTAGERFORUDSÆTNING</b>	Ingen	<b>Du skal have gennemført</b> GROW2 COACH – eller være ”transfer student”* for at blive GROW2 CERTIFICERET COACH	<b>Du skal have gennemført</b> GROW2 COACH / CERTIFICERET COACH eller være ”transfer student” for at blive GROW2 CERTIFICERET MASTER COACH
<b>GROW2 EKSAMEN</b>	JA – MUNDTLIG	JA - MUNDTLIG & SKRIFTLIG <b>Du certificeres på AVANCERET ACC niveau</b>	JA - MUNDTLIG & SKRIFTLIG Når du har haft 100 coachsessioner og 10 mentorcoachsessioner på PCC niveau. <b>Du certificeres på PCC niveau</b>
<b>WEBKONFERENCER</b>	2 á 75 min	4 á 75 min	4 á 1.5 time.
<b>MENTORCOACHING</b>	NEJ	JA – 10 timer i alt, fordelt som 3 x 2 timer i grupper samt 4 individuelle timer. ACC Niveau	JA – er obligatorisk og inkluderet i prisen 5 timer i gruppe og 5 individuelle via web PCC - NIVEAU
<b>PROFESSIONEL COACHING</b>	NEJ	JA – 2 TIMER	NEJ
<b>ACC EKSAMEN HOS ICF</b> Ingen mundtlig eksamen men en lille skriftlig eksa- men	JA Når du har coachet min. 100 timer og haft 10 timers mentorcoaching	JA Når du har coachet min. 100 timer. -	JA Når du har coachet min.100 timer.
<b>PCC EKSAMEN HOS ICF</b> Ingen mundtlig eksamen men en lille skriftlig eksa- men	NEJ	JA Når du har coachet 500 timer kan du gå op til PCC hos ICF ved at indsende 2 opta- gede coachsessioner og transkriptioner. <b>Du kan kun gå op på Engelsk.</b>	JA Når du har coachet 500 timer inden for 3 år. <b>Du går til mundtlig eksamen på Dansk hos GROW2</b>
<b>PRIS</b>	<b>Kr. 27.500,- ex. moms</b> <b>EX. mentorcoaching</b>  Ved samlet køb af uddan- nelse og mentorcoaching, får du 15% på mentorcoa- ching.	<b>Kr. 39.950,- ex. moms</b> <b>Incl. mentorcoaching (ACC)</b>	<b>Kr. 37.950,- ex. moms</b> <b>Inklusiv mentorcoaching (PCC)</b>

HVAD ER "TRANSFER STUDENT"?

### **HVAD ER EN "TRANSFER STUDENT" ?**

Du er transfer student, når du har en coachuddannelse fra en anden skole der underviser ud fra ICF krav, eller som er ICF akkrediteret, eller du har en ACC certificering. Har du det kan du blive optaget som Transfer Student, hos GROW2 enten på GROW2 MASTER COACH eller GROW2 CERTIFICERET COACH. Det kræver at du har en uddannelse på henholdsvis 75 timer eller 125 timer. Kontakt os for en samtale om din uddannelse kan godkendes.

### **HVAD KOSTER DET AT FÅ SIN ICF CERTIFICERING NÅR DU HAR ET GROW2 ACSTH CERTIFIKAT?**

ACC certificering koster: \$300 USD for members of ICF, \$500 USD for non-members of ICF

PCC certificering koster: \$575 USD for members of ICF, \$775 USD for non-members of ICF

### **HVAD KOSTER DET AT FÅ SIN ICF CERTIFICERING NÅR DU HAR ET GROW2 ACTP CERTIFIKAT?**

ACC - ICF certificering koster: \$100 USD for members of ICF, \$300 USD for non-members of ICF

PCC - ICF certificering koster: \$300 USD for members of ICF, \$500 USD for non-members of ICF

### **ICF FORKORTELSER**

#### **ICF FORKORTELSER**

ICF- International Coach Federation er verdens største og førende organisation for professionelle coaches og coachuddannelser. ICF tæller mere end 18.000 medlemmer på verdensplan.

**ACTP:** Accredited Coach Training Program

**ACSTH:** Approved Coach Specific Training Hours

**CCEU:** Continuing Coach Education Units

**ACC:** Associate Certified Coach

**PCC:** Professional Certified Coach

**MCC:** Master Certified Coach

Læs mere om ICF på vores hjemmeside [www.grow2.dk](http://www.grow2.dk) eller på ICF Global [www.Coachfederation.org](http://www.Coachfederation.org)

# GROW2

Danish Coach Academy

---

GROW2 | Århus | København | [www.grow2.dk](http://www.grow2.dk) | [kontakt@grow2.dk](mailto:kontakt@grow2.dk)  
+45 2094 4096 | ©2012 All Rights Reserved | DESIGN BY JULIE G