

# MBCUDDANNELSEN



Med en MBC får du den højeste uddannelse på markedet i at lede, planlægge og forme mellemmenneskelig kommunikation og individuelle dialoger. Du bliver ekspert i produktive dialoger, der giver dig og din omverden energi og virkelyst – og forebygger stagnation, stress og udbrændthed.

Med en MBC fra os får du derudover det bedste fundament for at kunne:

- Være produktiv og nærværende tilstede i svære samtaler, hvor en medarbejder fx skal modtage advarsler eller afskediges
- Forberede og gennemføre konflikthåndteringssamtaler både med teams, parvis og individuelle
- Håndtere og gennemføre produktive møder ud fra forskellige teorier.
- Forstå, fornemme og forbygge stress
- Foretage grundige og systematiske ansættelsessamtaler, der giver dig et solidt indblik i kandidaternes styrker og svagheder
- Gennemføre debriefende samtaler når det akutte behov opstår
- Undervise andre i ovenstående

Mestring af dialogiske processer er ikke noget man kan læse sig til. Det er noget, man skal lære, øve og træne i praksis. MBC er derfor en praksisrettet uddannelse, hvor du systematisk bliver trænet i at gennemføre og evaluere dialogiske processer.

## MBC UDDANNELSEN ER AKKREDITERET AF EMCC

- En EMCC-akkreditering er et kvalitetsstempel. Du er sikret en uddannelse, som er internationalt anerkendt, og som derfor også kan bruges i udlandet
- Vi lægger ligesom EMCC særlig vægt på coachingens etiske aspekter - eksempelvis vedr. den enkeltes udbytte af coachingen, og den særlige erfaring og integritet der skal til, for både at varetage den coachedes og virksomhedens interesser.
- EMCC er anerkendt, også i forskningsmiljøerne, for at sætte de højeste standarder (the challenges of excellence).

## DET UDDANNELSEN GØR VED DIG

Dialoger, der forandrer dig selv og den anden, handler om mere end blot at stille de rigtige spørgsmål. Forskningen viser, at den værdiskabende coaching i høj grad handler om, at coachen skal kunne være ordentligt til stede i samtalen – også når temaerne bliver udfordrende. På uddannelsen trænes du i at være nærværende og ansvarstagende, også når samtaletemaerne er svære, og du mest af alt har lyst til at afbryde kontakten. Derfor er der på MBC uddannelsen et konstant fokus på din personlige dannelse og udvikling.

## HVAD FÅR DU

- Undervisning 9.30 -16.00
- Træningsaftener
- Adgang til vidensportal med værktøjer, faglitteratur, artikler og cases
- Big Five Personality Test med individuel tilbagemelding
- Certificering i Big Five Personality Test
- Løbenden supervision
- Stærkt personligt netværk
- 1 uges udlandsophold
- Forplejning

## PRIS

- 45.900,- ekskl. moms per semester



# MBC UDDANNELSEN



## SUPERVISION / TRÆNING

Sideløbende med undervisningen i dagtimerne afholdes der træningsaftener, hvor deltagerne modtager individuel supervision i deres coaching praksis.

Det er obligatorisk at deltage på 3 træningsaftener i løbet af et semester, samt modtage individuel supervision, for at kunne gå op til eksamen på det enkelte semester. Desuden forudsættes det, at den enkelte studerende afholder coachinger mellem coachingsessions og derigennem trænes yderligere i at koble teori og praksis.

## PSYKOLOGI OG FILOSOFI PÅ UDDANNELSEN

På det første år af uddannelsen lærer du at coache ud fra de tre dominerende psykologiske retninger: Den kognitive, psykodynamiske og systemisk/narrative. Du kan, efter det første år, frit bevæge dig rundt i alle tre teoriretninger og i praksis møde medarbejderen, kollegaen eller coachee med netop den metode, som situationen kræver. Efter det første år har du erhvervet dig grundlæggende forståelse for de forskellige retningers teoretiske fundament.

På det andet år af uddannelsen fokuseres der på at udvide horisonterne indenfor din coachingpraksis. Vi arbejder med den protreptiske samtale, også kaldet værdicoaching, og tanker fra filosoffer som Aristoteles, Kierkegaard og Deleuze bringes i spil. Med dette i bagagen kan du arbejde praktisk med den andens eller virksomheders grundlæggende etikker, værdier og drivkræfter for at skabe klarhed og handlekraft.

Du vil lære samtaleteknikker fra det filosofiske landskab, der hjælper den anden til selv at finde frem til de værdier, der styrker tilværelsen og fællesskabet. Teknikkerne hjælper med at være nærværende og ansvarstagende, også når samtaletemaerne er svære, og man under andre omstændigheder ville have lyst til at afbryde samtalen.

På MBC uddannelsen er der et konstant fokus på din personlige dannelse og udvikling, i forhold til de teorier vi arbejder med.



# MBCUDDANNELSEN



## GENNEMFØRELSE

Uddannelsen er normeret til 1 studenterårsværk. Et studenterårsværk er en fuldtidsstuderendes arbejde i 1 år. Hvert semester afsluttes med eksamen (teori / praksis). 4 semester omfatter endvidere en masterafhandling og en mundtlig eksamen.

Læsemængden til hver kursusgang svarer til ca. 100 sider. Undervisningen finder sted på 40 undervisningsdage fordelt på 4 semestre.

## OPTAGELSESKRITERIER

Adgang til uddannelsen er betinget af, at ansøgeren har bestået en videregående uddannelse (bachelor el. lignende), har mindst 3 års relevant erhvervs erfaring og har sproglige færdigheder i engelsk, der gør det muligt at tilegne sig engelsksproget pensum.

Der kan gives adgang til uddannelsen for ansøgere, der ikke opfylder ovennævnte betingelser under forudsætning af, at ansøgerne skønnes at have de nødvendige forudsætninger for at kunne gennemføre uddannelsen.

## FINANSIERING

Prisen for uddannelsen er 183.000,- kr. ekskl. moms.

Betalingen dækker: Undervisning, supervision, undervisningsmaterialer og forplejning på de enkelte kursusdage. Beløbet opkræves forud for semesterstart over 4 gange: 45.900,- kr. ekskl. moms. pr. semester.

KONTAKT OS  
Tlf: 4014 9292  
info@copenhagencoaching.dk

COPENHAGEN COACHING CENTER  
Blegdamsvej 104A, 2. sal  
2100 København Ø.



COPENHAGEN  
COACHING  
CENTER

# 1. SEMESTER MBC



## COACHINGENS PSYKOLOGIER TEORI & PRAKSIS I

Her får du en indføring i coaching som begreb, dets historie samt teoretiske ophav. Fokus er på de forskellige psykologiers relevans og anvendelighed i såvel individuel- som teamcoaching. Du vil komme til at arbejde med den socialkonstruktionistiske psykologi dvs. den systemisk/narrative tilgang, den kognitive og den psykodynamiske tilgang til coaching. Du vil opnå forståelse for handlingsmønstre, og træne i de interventionsformer og spørgeteknikker, der ligger til grund for coaching.

Via den kognitive tilgang vil du bl.a. arbejde med metoder, som kan undersøge og udfordre de overbevisninger og negative automatiske tanker, der ofte begrænser handlingsrummet for den enkelte. Med den psykodynamiske tilgang til coaching vil du bl.a. komme til at træne modet til at spørge ind til eventuelle konflikter hos den enkelte, samt opøve din opmærksomhed på forsvarsmekanismers mange ansigter og disses betydning for den enkelte. Fra den systemiske/narrative tilgang, vil du lære hvordan andres perspektiver på et givet problem kan være forløsende og frisættende. Derudover vil der være fokus på evnen til at opbygge og vedligeholde relationen mellem coach og fokuspersion – også når relationen bliver svær at rumme.

## DET FAGLIGE OG PERSONLIGE UDVIKLINGSSPOR

Coaching vil blive placeret i forhold til andre professionelle samtaletyper dvs.: Mentoring, vejledning, instruktion, rådgivning, supervision – og du opnår bevidsthed om og kompetence i at navigere imellem disse.

Undervisningen er tilrettelagt således, at der opbygges to læringsspor – et fagligt og et personligt. Undervisningen vil indeholde såvel faglige, teoretiske elementer samt øvelser med feedback. Der udarbejdes personlige og faglige udviklingsmål, og der arbejdes i studiegrupper mellem kursusdagene.

På første semester vil der blive lavet en profilanalyse via en BIG 5 test, af hver af de studerende. Dette er for at afdække, hvilke personlige karakteristika du skal være opmærksom på ved dig selv. Derudover vil du blive certificeret i at give andre tilbagemeldinger, på deres BIG 5 personlighedstest.

Semestret afsluttes med en mundtlig eksamen baseret på en synopsis vedr. den personlige udvikling.

## SÆRLIGT PÅ 1. SEMESTER

- Undervisning 9.30-16.00
- Træningsaftener
- Adgang til vidensportal med værktøjer, faglitteratur, artikler og cases
- Big Five Personality Test med individuel tilbagemelding
- Certificering i Big Five Personality Test
- Løbenden supervision
- Stærkt personligt netværk

## PRIS

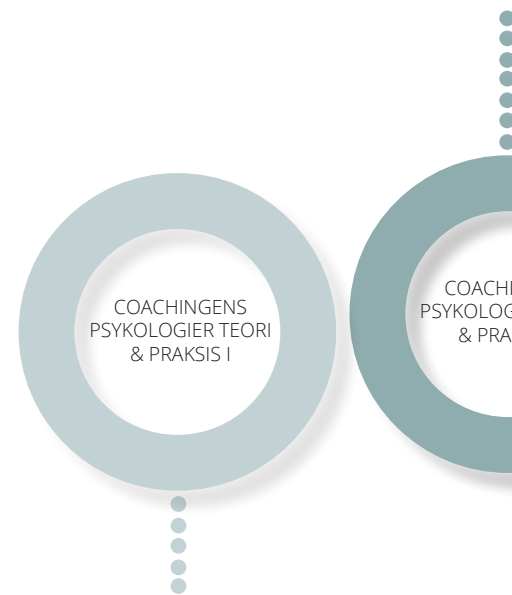
- 45.900,- ekskl. moms per semester

## ANSVARLIG 1. SEMESTER

Rikke Bjerregaard

Tlf.: 2623 5367

Email: rb@copenhagencoaching.dk



# 2. SEMESTER MBC



## COACHINGENS PSYKOLOGIER TEORI & PRAKSIS 2

På 2. semester bevæger du dig længere ind i psykologiernes anvendelse i coaching for såvel enkeltpersoner som i teams. Du trænes i de spørgeteknikker, der er relevante for de forskellige psykologiske tilgange til coaching, som du blev introduceret for på 1. semester. Coachings forhold til, og muligheder i, en læringsteoretisk sammenhæng uddybes og trænes for at skærpe din bevidsthed om fokuspersoners udfordringer i at betræde nyt land.

Med udgangspunkt i en teoretisk gennemgang af disse og nedenstående emneområder, opøver og udvikler du din egen coachingpraksis. Du får klarhed over egne virkemåder, styrker og udfordringer i rollen som coach, leder og/eller kollega, og du opnår en bevidsthed om, at arbejde med drivkræfter og barrierer gennem træning, feedback og personlig refleksion.

Desuden arbejder vi indgående med, mulige implementeringstiltag af værktøjer fra de forskellige coachingperspektiver, i organisationers daglige virke.

De enkelte psykologier og træning af coachingkompetencer, kan relateres til områder og emner såsom mindfulness, stress, kroppen og læring, konflikthåndtering samt magt og etik.

Samtlige emner der behandles på dette semester, sættes i dets teoretiske relief og semestret afsluttes med en mundtlig eksamen. Eksamen omfatter dels en praksisdel i form af en live coachingsamtale, samt en teoridel, der består i besvarelse af et spørgsmål inden for et teoretisk behandlet emneområde fra det samlede pensum på 1. og 2. semester.

## SÆRLIGT PÅ 2. SEMESTER

- Undervisning 9.30-16.00
- Træningsaftener
- Adgang til vidensportal, værktøjer, faglitteratur, artikler og cases
- Løbenden supervision
- Stærkt personligt netværk
- Forplejning alle dage

## PRIS

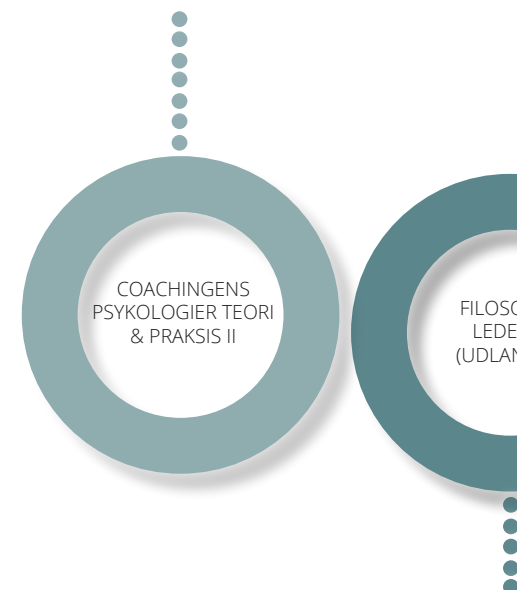
- 45.900,- ekskl. moms per semester

## ANSVARLIG 2. SEMESTER

Rikke Bjerregaard

Tlf.: 2623 5367

Email: rb@copenhagencoaching.dk



# 3. SEMESTER MBC



## FILOSOFISK COACHING ELLER VÆRDICOACHING

På 3. semester arbejder vi med protreptik, også kaldet filosofisk coaching eller værdicoaching. Dette semester bringer nybearbejdede tanker og traditioner ind i coaching, som en anvendelig og spændende tilgang og nyskabelse til samtalens kunst.

Protreptik handler om at vende mennesket eller en organisation mod dets værdier eller det, der er det essentielle for (arbejds)livet. Som alle ved er vi stærkest og mest produktive, når vi arbejder i forlængelse af det, vi finder vigtigt. Protreptik er metoden til at finde frem til det vigtige – protreptiske samtaler hjælper os med at finde modet til at følge det.

Filosofi som værktøj er særdeles anvendeligt til såvel individuel coaching som teamcoaching. Metoden kan benyttes af alle men er særligt anvendelig for ledere, øvede coaches og HR-medarbejdere.

For at få denne egenartige samtaleform helt ind under huden, tager vi en uge til Grækenland på træningslejr. Denne rejse foretager vi på 3. semester, og den er inkluderet i prisen.

Der afsluttes med en mundtlig eksamen inkl. en livecoaching, hvor protreptikkens praksis prøves og udforskes og bliver sat i relief til de psykologiske coachingpraktisser.

## SÆRLIGT PÅ 3. SEMESTER

- 1 uges udenlandsophold inkl. rejse, ophold, forplejning, intensive undervisningsdage samt oplevelser med holdet
- Undervisning 9.30-16.00 hos os før og efter rejse
- Træningsaftener
- Adgang til vidensportal med værktøjer, faglitteratur, artikler og cases
- Løbenden supervision
- Stærkt personligt netværk

## PRIS

- 45.900,- ekskl. moms per semester

## ANSVARLIG 3. SEMESTER

Kim Gørtz

Tlf.: 2466 4078

Email: kg@copenhagencoaching.dk



# 4. SEMESTER MBC



## ERHVERVSFILOSOFIEN SOM UDVIKLER

Moderne protreptik, coaching-synteser, omsættelighed og masteropgave.

På 4. semester arbejder vi videre med protreptik ved at inddrage tanker, metoder og modeller fra den filosofiske tradition (fra Immanuel Kant og frem til og med Gilles Deleuze). Således arbejder dette semester ad flere spor, nemlig 1) dels som en forlængelse af den antikke protreptik (fra Aristoteles), 2) dels bibringer coachingen og samtalekunsten nye og flere samtalemodeller, metoder og greb, samt 3) dels giver en general indføring i den vestlige idehistorie, hvad angår menneskesyn, verdensopfattelse og sprogforståelse.

Men 4. Semester handler også om følgende: a) at få skabt en opsamlende syntese ift de psykologiske tilgange i coaching (jvf. 1. og 2. semester); b) at få kvalificeret læringen ift. ens egen praksis i det organisatoriske og ledelsesmæssige arbejdsliv, samt; c) at få skabt fokus på masteropgaven – både hvad angår emne, metode, struktur, mm.

Således støtter og styrker semester 4 deltagerens opøvede dialogiske kompetence gennem at forankre den historisk, metodisk og med henblik på den konkrete praksis i egen organisation og arbejdsmæssige praksis.

Semestret er, som de andre semestre, designet sådan at der vil være rigeligt med øvelser og træning, feedback og sparring i forhold til dagens inputs og masteropgaven.

Semestrets sidste undervisningsdag er udgjort af nogle individuelle og fælles refleksioner baseret i deltagerens skitserede synopsis til masteropgaven.

Der er til hver deltager indlagt 5 timers vejledning – og ift vejledningssproces og vejledervalg tager man selv kontakt til en CCC-konsulent og aftaler nærmere omkring proces, emne, mm. Når masteropgaven er afleveret skal man til et mundtligt forsvar med ekstern censor, som varer omtrent en time.

## SÆRLIGT PÅ 4. SEMESTER

- Undervisning 9.30-16.00
- Træningsaftener
- Adgang til vidensportal med værktøjer, faglitteratur, artikler og cases
- Videreudvikling af protreptikken
- Løbende supervision og personlig vejledning ift masteropgaven
- Idehistorisk indblik
- Stærkt personligt netværk
- Forplejning alle dage
- Nye samtaleredskaber og dialogiske metoder

## PRIS

- 45.900,- ekskl. moms per semester

## ANSVARLIG 4. SEMESTER

Kim Gørtz

Tlf.: 2466 4078

Email: kg@copenhagencoaching.dk



EMCC European  
Quality Award



MASTER  
PRACTITIONER



COPENHAGEN  
COACHING  
CENTER