evolvia

Markþjálfanám

Akureyri, janúar – júlí 2024

Grunnur til alþjóðlegrar vottunnar ACC,
Associated Certifed Coach,
hjá International Coach Federation

Evolvia ehf 520908-1880
Lágmúla 5, 6h 108 Reykjavik, Iceland
evolvia@evolvia.is 822 35 10
www.evolvia.is

Um Evolvia ehf

Evolvia ehf var stofnað í september 2008. Stofnandi er Matilda Gregersdotter, Master Certified Coach, MCC, hjá International Coach Federation. Markmið Evolvia er að auka meðvitund og hæfni til forystu, bæði hér innanlands sem erlendis. Evolvia þjálfar aðferð markþjálfa og heldur ýmis námskeið á Ís landi sem á alþjóða vettvangi með aðstoð internetsins.

Skilgreining markþjálfunar

Markþjálfun er viðvarandi samband sem miðar að því að marksækjandan taki skref sem gera framtíðarsýn, markmið og óskir hans að veruleika. Markþjálfi no tar ferli spurninga og persónulegra uppgötvana til að efla vitund og ábyrgð marksækjandans. Hann veitir honum jafnframt aðferðir, stuðning og endurgjöf. Markþjálfunarferlið hjálpar marksækjandum bæði að skilgreina og ná faglegum og persónulegum markmiðum hraðar og auðveldar en annars væri mögulegt.

Heimild: International Coach Federation.

Grunnhæfniskröfur ICF

1. Siðferði
2. Samningar
3. Traust & Öruggi
4. Markþjálfunarviðhorf
5. Viðvera
6. Virk Hlustun
7. Vitundarsköpun
8. Vöxtur

evolvia

Dagur 1 og 2

Á fyrstu tveimur dögunum munum við þjálfa grundvallaratriði árangursríkrar markþjálfu nar; *Að skapa traust og nálægð, virka hlustun og vitundarsköpun*. Allar æfingarnar ganga út frá því að nemendur vinni með og upplifi raunveruleg málefni úr sínu lífi. Eftir hverja æfingu ræðum við saman út frá innsæi og hvað við lærðum ásamt því bætum við ken ningum og aðferðum til að dýpka skilning. Þjálfunin er allt í senn einlæg, skemmtileg og krefjandi. Þegar einhver þiggur markþjálfun, út frá aðferðarfræði markþjálfunar, þá ert þú þitt eigið verkfæri. Slík þjálfun krefst þess að þú hafir mikinn áhuga á því að spegla sjálfa(n) þig og þróa. Þú munt fara heim með það verkefni í farteskinu að æfa markþálfun á fólki sem tengist þér.

Dagur 3 og 4

Eftir að hafa þjálfað þig í mánuð og með reynslu af degi 1 og 2, munum við ræða *Að fylg ja siðareglum og faglegum kröfum og Að gera samning um markþjálfun.* Markþjálfun er nýtt fag sem er í þróun. Því er það afar mikilvægt að það sé kynnt faglega og með nærgætni. Siðareglur fagsins eru nauðsynlegar og því munum við kynnast þeim. Samningur um markþjálfun er gerður í þeim tilgangi að skapa skýrleika og árangur í sambandi markþjálfa og viðskiptavinar. Við kynnum okkur hvernig samningur um markþjálfun nýtist eftir hvern markþjálfunartíma og einnig yfir allt það tímabil sem samningurinn nær yfir. Við höldum áfram að æfa *vitundarsköpun* sem inniheldur skilning á endurspeglun og endurgjöf. *Mótun aðgerða* er mikilvægur þáttur í markþjálfunarsam tali. Ef viðskiptavinur grípur ekki til aðgerða í lífi sínu og/eða í starfi verður markþjálfunin ekki áhrifarík.

Dagur 5 og 6

Þegar við erum komin vel af stað í þjálfuninni er tímabært að þjálfa og öðlast skilning á gildi *Markþjálfunarviðveru, Bein tjáskipti og Skipulagningu og markmiðasetningu.* Þú munt uppgötva á hversu víðu sviði þú getur þjálfað hæfni þína í hverjum grunn hæfnisþætti. Við æfum og rannsökum Markþjálfunarviðveru. Þessi grunnhæfni er mikil vægur þáttur í að trygg- ja gæði markþjálfunarinnar. Bein tjáskipti eru frekar lítið notuð í daglegu lífi og þetta því sá hluti í markþjálfunarferlinu þar sem áskoranir fá meira rými. Bein tjáskipti krefjast sterkrar nálægðar og skilnings á því hvernig viðskiptavinurinn lærir og þroskast. Skipulagning og markmiðasetning er notuð í hverju markþjálfunarsamtali og eins yfir allt það tímabil sem samningurinn um markþjálfun nær yfir.

Dagur 7 og 8

Við könnum hvaða þýðingu *Kröftugar spurningar* hafa og *Stjórnun framgangs og ábyrgðar.* Hver þátttakandi vinnur að þróun og skipulagi á því hvernig þeir ætla að þróa hæfni sína sem markþjálfar. Við leikum og æfum ólíkar leiðir sem hægt er að nýta sér í markþjálfun. Þessa daga förum við einnig yfir umsóknarferli fyrir ACC vottun. Þjálfuninni líkur svo með prófi þar sem hæfni nemanda er metin út frá frammistöðu hans í markþjál fun. Að auki, á milli námskeiðsdaga, færð þú markþjálfun hjá mentor markþjálfa ásamt því að æfa þig í að markþjálfa aðra þátttakendur í þjáfluninni.

Evolvia ehf 520908-1880
Lágmúla 5, 6h 108 Reykjavik, Iceland
evolvia@evolvia.is 822 35 10
www.evolvia.is

Kennarar:

Kennari í Markþjálfanámi hjá Evolvia eru meðal reynslumestu aðilar á Íslandi í fagi markþjálfa. Kennarar eru sér þjálfaðir til að kenna á framsækin og spennandi hátt, með aðferð markþjálfunar. Hönnun, skipulagning í náminu og aðalkennari er Matilda Gregersdotter, MCC. Auka kennarar eru David Lynch, PCC og Hrafnhildur Reykjalín Vigfúsdóttir, PCC.

Innifalið í Markþjálfanám:

64 klst - ICF Accredited Coaching Education - Level 1
13 klst - PCC & MCC vottuð mentor markþjálfun
Æfingamarkþjálfun
8 x léttur hádegismálsverður
16 x kaffi, te og ávextir
Bók: Markþjálfun – Vilji, Vit, Vissa
Bók: Markþjálfun Umturnar
Kennsluefni á íslensku
Lokað netsiða fyrir skrásetningu

Dagsetningar - vor 2024

13. og 14. janúar	laugardag og sunnudag
17. og 18. febrúar	laugardag og sunnudag
9. og 10. mars	laugardag og sunnudag
13. og 14. apríl	laugardag og sunnudag

Timasetning: Kennt er á milli 9.00-17.00

Milli kennslustunda (lota)

Milli kennslulota færð þú heimaverkefni og er ætlast er til að þú finnir sjálf(ur) þína æfingamarksækjendur sem þú veitir markþjálfun til að æfa hæfni þína. Einnig er þér úthlutað æfingafélaga úr hópi nemenda í náminu til að æfa með.

Æfingamarkþjálfun

Eftir fyrstu tvo kennsludagana verður þér úthlutað persónulegum markþjálfa sem þú notar fyrir þína eigin persónulegu þróun í markþjálfun. Samtals hittist þið í þjrú skipti. Þetta eru aðilar sem eru að safna reynslu og þú færð að prufa að vera marksækjandi.

Mentor markþjálfun

Samkæmt ICF þarf að þiggja 10 tíma mentor markþjálfun til að geta sótt um ACC vottun. Eftir dag 4 verður þér úthlutað persónulegum PCC eða MCC vottuðum markþjálfa sem þú notar fyrir þína eigin persónulegu þróun í að verða markþjálfi. Samtals hittist þið í þrjú skipti.

Mentor markþjálfun á netinu

Þegar kennsluloturnar eru búnar þá tekur við söfnun á reynslu og tímum í að veita markþjálfun. Á meðan þú ert að æfa þig og safna reynslu í að markþjálfa tekur viðbótar mentor markþjálfun í hópi sem unnin er í netumhverfi. Fyrir hóp sem klárar kennslulotur í desember tekur við mentor markþjálfun febrúar-maí og fyrir hóp sem klárar í maí eða ágúst tekur við mentor markþjálfun október-desember. Þú færð aðgang af 10 vikum (eða 10 skipti) í mentor markþjálfun á netinu. Ein klst á viku. Til að fá samtals 10 klst. mentormarkþjálfun þarft þú að mæta í 7 af þessum 10 netumhver fis mentormarkþjálfun. Þú verður búin að ljúka þremur tímum hjá þínum eigin per sónulega mentor markþjálfa á meðan kennslulotunum stendur.

Kostnaður:

Fullt verð 586.000 kr (Skráningagjald er innifalið.)
Snemmskráning 5%, 557.000 kr, innan við viku eftir kynningu.
Staðgreiðsluafsláttur af heildargreiðslu fyrr en mánuð áður en nám hefst veitir samtals 10% afslátt, 527.000 kr.

Skráning:

Þú skráir þig með greiða staðfestingagjald á www.evolvia.is
Skráningagjald er 50.000 kr og óendurkræft.

Lokagreiðsla:

Fyrirkomulag heildagreiðslu eða greiðsluplön gerist mánuð áður en námið hefst.

Við hlökkum til að hafa þig með okkur í náminu!

Evolvia ehf 520908-1880
Lágmúla 5, 6h 108 Reykjavik, Iceland
evolvia@evolvia.is 822 35 10
www.evolvia.is