



Framhaldsnám í markþjálfun
Undirstöðupjálfun fyrir efri vottunarstig
International Coach Federation

PCC, Professional Certified Coach
MCC, Master Certified Coach

10. - 17. október 2021
Chateau, Frakklandi

www.evolvia.is
www.bordeaux-tourisme.com
www.cadillaccotesdebordeaux.com

evolvia



Framhaldsnám í markþjálfun

Undirstöðupjálfun fyrir efri vottunarstig

International Coach Federation

Fyrir hverja:

Fyrir markþjálfara sem hafa lokið að lágmarki við 60 klst undirstöðupjálfun fyrir ACC, Associated Certified Coach vottunarstig International Coach Federation og hafa veitt yfir 100 klst markþjálfun með ólíku einstaklingum eða hópum. Námið er einning fyrir stjórnendur sem nota markþjálfun.

Áherslur:

- **Skapandi aðferðir í markþjálfun.**
Sköpun er verkfæri sem vekur til vitundar. Markþjálfun er rými fyrir sköpun. Þess vegna er hæfileiki markþjálfans mælikvarði í vitundarsköpun.
- **Færni í tilfinningasamskiptum.**
Tilfinningar eru eitt af verkfærum markþjálfans. Í markþjálfun miðlum við stöðugt tilfinningum, oft án þess að taka eftir því. Tilfinningar geta falið í sér merkingabærar upplýsingar en eins geta þær verið hrif til vitundarvakningar. Við notum tillfinningar þegar

við drögum ályktanir. Tilfinningaskipti eru samskiptafærni sem felast í því að miðla tilfinningum, meðtaka tilfinningaleg skilaboð og túlka upplifun með tilfinningum.

- **Möguleikavíddin.**

Möguleikavíddin er líkan sem lýsir hugmyndafræði og heim möguleikanna. Möguleikavíddin hýsir hugrekki og framtíðarvissu. Líkanið er gagnlegt verkfæri fyrir markþjálfann til að flétta saman jákvæðum tilfinningum, hugarfari og grunngildum.

- **Þjálfun leiðbeinenda í Gagnræðum**

Gagnræður er fingerð nálgun í mann-rækt. Í Gagnræðum gerir hópum mögulegt að fara inn á nýjar slóðir í samskiptum. Gagnræður er kyrrð og samstilling hugsana og hugrenninga hjartans.

Í gagnræðum sveima uppgötvanir um eins og dalalæðan í friðsælu andrúmslofti og stillu.

- **Hópmarkþjálfun**

Við æfum og eflum færni markþjálfans í hópmarkþjálfun. Einstaklingurinn er alltaf hluti af einhversskonar liðsheild. Hópmarkþjálfun er öflug leið til að fá fram mikilvæga eiginleika einstaklinga innan hópsins. Það er áhugavert að bera saman gagnræður og hópmarkþjálfun, vegna þess að báðar aðferðir nýtast markþjálfanum.

- **Sýnishorn í markþjálfun**

Við nýtum okkur ýmis sjónarhorn í markþjálfun. Við reynum okkur áfram með því að beita aðferðinni hispurslaust og finnum hvar þolmörk markþjálfans liggja.

Leiðbeinendur verða með sýnikennslu í markþjálfun, þar sem marksækjandinn vinnur með persónulegt og krefjandi viðfangsefni.

- **Markþjálfari er spegill fyrir innskoðun.**

Markþjálfari er eins og spegill. Hann endurvarpar tilfinningum, hugsunum, einkennum og eiginleikum marksækjandans með speglun og endurgjöf. Hvernig speglar erum við? Sérkenni okkar í markþjálfun og sem markþjálfar verða rannsökuð og efld.

- **Veisla fyrir skynfærin.**

Bordeaux er frægasta vínræktarhérað heims. Héraðið er afar fagurt, gamlar hallir, vinaleg þorp, víðáttumiklir vínakrar, gamlir eikarskógar og stutt er á strönd Atlandshafsins.

- **Chateau Garreau**

Hlutverk umhverfisins. Námið fer fram í Garreau sem er gömul og falleg höll í Bordeaux héraði í Suður-Frakklandi.

www.evolvia.is

www.bordeaux-tourisme.com

www.cadillaccotesdebordeaux.com

evolvia



Framhaldsnám í markþjálfun

Undirstöðupjálfun fyrir efri vottunarstig

International Coach Federation

SKIPULAG NÁMSINS
Námið eru 64 klst

Netkennsla

Námið hefst 5. ágúst með vikulegri kennsla á netinu frá kl. 17.30-19.30 á fimmtudögum. Samtals 10 x 2 klst = 20 klst

Koma - til Frakklands 10. okt

1) Flug KEF-Paris Charles de Gaulle, r. 3 klst

2) Dæmi:
Lest frá París til Charles de Gaulle-Bordeaux r. 3 klst, eða flug frá París til Bordeaux flugvöll Merignac, r. 1 klst.

3) Nemendur verða sóttir á lestarstöðina í Bordeaux. Lestarsstöð: Bordeaux St Jean, utgang Le Belcier. Flugvöllur: Merignac, Bordeaux flugvöllur.

30 mínútna akstur frá Bordeaux til Chateau.

Kennsla í Chateau 11. - 16. okt

6 x 5 klst = 30 klst

Brottför - frá Frakklands 17. okt

1) Akstur á lestarstöðina í Bordeaux, St Jean. eða á Merignac, Bordeaux flugvöll.

2) Lest eða flug frá Bordeaux.

3) Flug frá París til Keflavíkurflugvallar.

Netkennsla

Mánaðarleg kennsla á netinu á fimmtudögum kl. 17.30-19.30 frá nóvember 2020 til maí 2021. 7 x 2 klst = 14 klst

Aðalleiðbeinandi er:
Matilda Gregersdotter, MCC, Master Certified Coach, International Coach Federation. Auka kennarar eru Ásta Guðrún Guðbrandsdóttir, PCC, Matti Ósvald, PCC.

INNIFALIÐ

Kennsla 64 klst.
ACSTH vottað kennsla hjá ICF, tveim kennarar.

Akstur frá lestarstöð eða flugvöll í Bordeaux.

Gisting í tveggja manna herbergi.

Matur og borðvín 10. - 16. okt

Heimsóknir og vinsmökkun.

Heimsóknur á veitingastaðir.

Heimsókn í klifurgarður.

Kennslugögn.

Bókin Sourcebook of Coach History af Vikki Brook.

Afnot af mini-rútum til að komast á milli staða.

EKKI INNIFALIÐ

Ferð milli KEF-Bordeaux

GREIÐSLUTILHÖGUN

Staðfestingargjald við skráningu á www.evolvia.is undir Framhaldsnám, 50.000 kr (óendurkræft).

Heildarverðer 483.000 kr. Fyrirkomulag heildagreiðslu gerist mánuði áður en námið hefst. Staðgreiðsluafsláttur 5%.

Boðið er upp á greiðsludreifingu með kreditkorti allt að 24 mánaða.

UPPLÝSINGAR

Kennitala Evolvía ehf 520908-1880
Bankareikningnúmer 0537-26-520908
evolvia@evolvia.is

Framhaldsnám Evolvía er alþjóðulega vottað ACSTH kennsla hjá International Coach Federation.

Velkomín í vaxtaræfintýr!

www.evolvia.is
www.bordeaux-tourisme.com
www.cadillaccotesdebordeaux.com

evolvía