

Institut für Medien- und
Kommunikationsmanagement

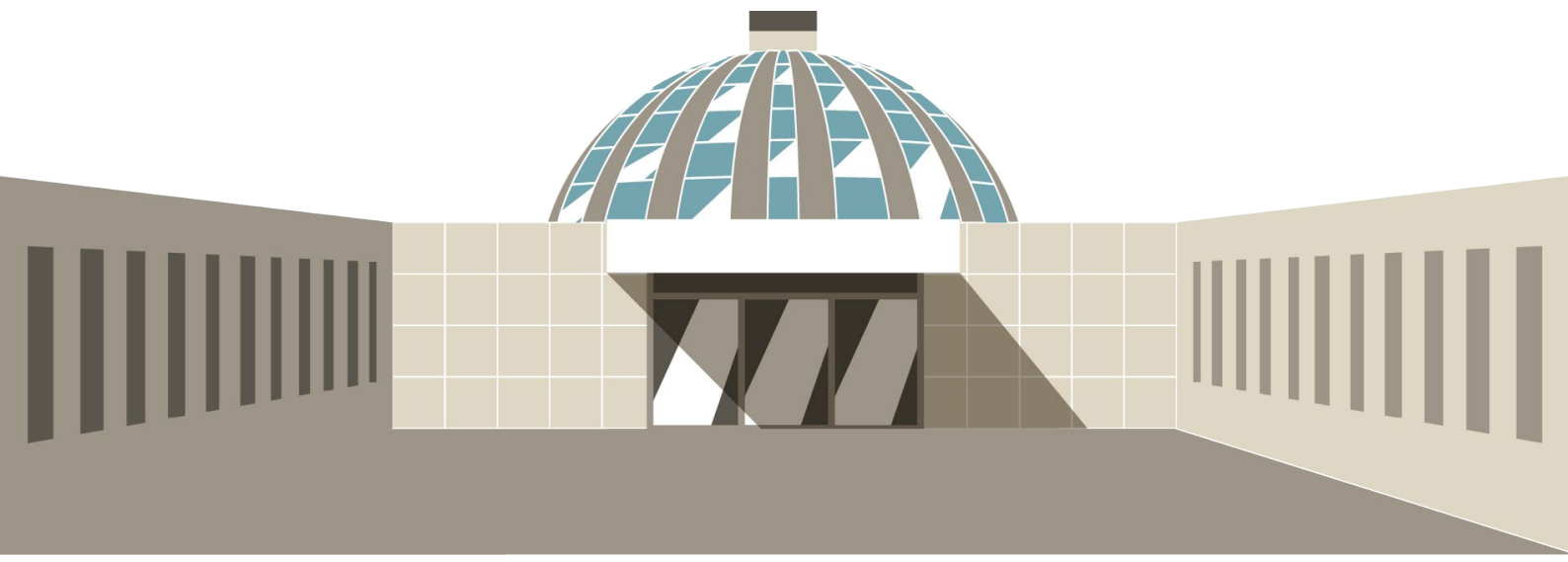


Universität St.Gallen

Weiterbildung zum “Life Design Coach”

Das Beste aus Life Design und Coaching integriert
Wissenschaftlich-fundiert, praxisorientiert
Weltweit erstmalig

Prof. Dr. Sebastian Kernbach, Director, Leiter Life Design Lab
Prof. Dr. Petra Kipfelsberger, Vice-Director



Inhaltsverzeichnis

| | | |
|-----|--|----|
| 1 | Überblick | 2 |
| 2 | Das Wichtigste in Kürze | 3 |
| 3 | Inhalte und Aufbau | 4 |
| 3.1 | Struktur | 4 |
| 3.2 | Zielpublikum | 4 |
| 3.3 | Weiterbildung mit Blick auf die Zukunft | 5 |
| 4 | Ausbildungsziel | 6 |
| 5 | Module und Studiendaten | 7 |
| 5.1 | Modul 1 – Welcome, Kick-Off und Schwerpunkt Life Design | 7 |
| 5.2 | Modul 2 – Schwerpunkt Coaching (Einzel-, Gruppen- und Peer-Coaching) | 7 |
| 5.3 | Modul 3 – Schwerpunkt Anwendung, Lernen und Toolbox | 8 |
| 5.4 | Modul 4 – Austausch und Supervision | 8 |
| 5.5 | Modul 5 – Abschluss, Zusammenfassung & Zertifikatsübergabe | 8 |
| 6 | Eignung und Zulassungsbedingungen | 9 |
| 6.1 | Eignung | 9 |
| 6.2 | Zulassung | 9 |
| 6.3 | Anzahl Teilnehmende | 9 |
| 6.4 | Unterrichtssprache | 9 |
| 6.5 | Veranstaltungsort | 9 |
| 6.6 | Abschluss | 9 |
| 7 | Kosten und Anmeldung | 10 |
| 7.1 | Kosten | 10 |
| 7.2 | Aufnahmeprozedere | 10 |
| 7.3 | Online-Anmeldung | 10 |
| 7.4 | Einzureichende Unterlagen | 10 |
| 8 | Leitung, Dozierende, Sekretariat | 11 |
| 8.1 | Weiterbildungsleitung | 11 |
| 8.2 | Sekretariat | 12 |

1 Überblick

Die Weiterbildung zum Life Design Coach ist die weltweit erste wissenschaftlich fundierte Weiterbildung, die Life Design und Coaching zusammenbringt. Die beiden ExpertInnen Prof. Dr. Sebastian Kernbach (Life Design) und Prof. Dr. Petra Kipfelsberger (Coaching) bringen ihre Expertise zusammen, vereinen wissenschaftliche Grundlagen mit einem hohen Grad an Transfer in die Praxis und sind während aller Weiterbildungstage persönlich vor Ort.

Es geht um die Möglichkeit Life Design sowohl im individuellen Coaching als auch zur Anleitung von Peer-Coachings in Gruppen, Seminaren und für die Workshop Facilitation zu verwenden. Verwendet wird der Life Design Ansatz des HSG Life Design Labs, der auf den Ansätzen von Design Thinking, Positiver Psychologie und Verhaltensökonomie basiert mit dem Ziel die Zukunft proaktiv zu gestalten und mehr von sich in die Zukunft zu bringen.

Wir richten uns dabei an bereits ausgebildete Coaches, die ihr Wissens- und Handlungsspektrum im Bereich Life Design erweitern möchten, so dass ihre Zielgruppen künftig auch von den Möglichkeiten des Life Design profitieren können. Dabei verstehen wir Coaching als reflexiven Raum, in den wir den Life Design Ansatz einbetten, und so das Coachingrepertoire massgeblich erweitern.

Die Vorteile auf einen Blick

- Life Design Coaching Weiterbildung am Life Design Lab der Universität St. Gallen
- Zwei Experten Sebastian Kernbach (Life Design) und Petra Kipfelsberger (Coaching) als Hauptdozierende und persönliche Begleiter der individuellen Learning Journey
- Teil der HSG Life Design Lab Alumni Community mit Einladungen zu Events und Projekten
- Möglichkeit der Erlangung des CAS Life Design mit 2. Life Design Weiterbildung (coming soon)
- Möglicher Einsatz bei HSG Life Design Projekten (u.a. als Coach beim HSG NEXT Summit)
- Zertifikat der Universität St. Gallen mit 5 ECTS (8.5 Tage Präsenzstudium)"

2 Das Wichtigste in Kürze

- Dauer: 1 Semester (8.5 Tage während ca. 5 Monaten)
- Unterrichtstage: Donnerstag und Freitag oder nur Freitag
 - 21./22.09.2023
 - 19./20.10.2023
 - 30.11./01.12.2023
 - 12.01.2024 (virtuell)
 - 09.02.2024 (halber Tag, virtuell)
 - 23.02.2024
- Kosten: 6900 CHF (als Einführungspreis)
- Weiterbildungsbeginn: 21. September 2023, Abschluss am 23. Februar 2024
- ECTS: 5 (können bei Bedarf zusammen mit einer zweiten zukünftigen Life Design Weiterbildung zum CAS Life Design mit insgesamt 10 ECTS erweitert werden)
- Sprache: Deutsch
- Anmeldeschluss: 30. Juni 2023

3 Inhalte und Aufbau

Die Weiterbildung in Life Design Coaching verbindet Life Design mit Ansätzen aus der Innovationsmethode Design Thinking mit den Erkenntnissen der Positiven Psychologie, dem Nudging-Ansatz aus der Verhaltensökonomie zusammen mit aktuellen und innovativen Themen aus dem Bereich Coaching.

Dieser interdisziplinäre Ansatz, wissenschaftlich fundiert und praxisorientiert, ermöglicht den Teilnehmenden eine Vielzahl von Anwendungsmöglichkeiten von Coachings über Einzelcoaching, Gruppencoaching und Peer Coaching in Seminaren und Workshops für verschiedene Zielgruppen.

3.1 Struktur

Die Weiterbildung ist so aufgebaut, dass Erkenntnisse vermittelt und zugleich in der Selbstanwendung zum Einsatz kommen. Auf dieser Basis werden die Teilnehmenden befähigt Ihre Erkenntnisse und Erfahrungen in bestehende Coachings zu integrieren, neue Coachingformate und Projekte zu starten und ihr Wissen weiterzugeben.

Die Weiterbildung in Life Design Coaching wird in einem Zeitraum von fünf Monaten absolviert und umfasst 8.5 Unterrichtstage, die in fünf Module aufgeteilt sind. Die ersten drei Module finden jeweils an einem Donnerstag und Freitag zwischen 9:30 und 17:30 Uhr in St. Gallen statt. Das Modul 4 findet virtuell statt, einmal ganztägig und einmal halbtägig. Das fünfte und letzte Modul besteht aus einem Tag, an dem sowohl die wichtigsten Erkenntnisse der Weiterbildung zusammengefasst werden als auch aus Abschlusspräsentationen und einer Abschlussfeier mit Zertifikatsübergabe an der Universität St. Gallen.

3.2 Zielpublikum

Die Weiterbildung als Life Design Coach richtet sich an Personen aus allen Funktionen, Fachrichtungen und Branchen, die den Life Design Ansatz in ihrer Tätigkeit als Coach anwenden wollen und nachhaltig in ihrem Umfeld verankern wollen.

- Coaches, die Life Design zur Ergänzung Ihres Coachingprofils und zur Ausweitung ihrer Life Design Kompetenz nutzen wollen
- Workshop Facilitator, die Life Design in Rahmen von Schulungen und Workshops als Selbstständige oder in Ihrer Organisation anbieten wollen
- Führungskräfte und Mitarbeitende in Organisationen, die Life Design Coaching im Rahmen von Personal- und Führungskräfteentwicklung anwenden wollen, aber auch in den Bereichen Kreativität, Innovation, Change wie auch Diversity, Equity und Inclusion und in vielen weiteren Anwendungsbereichen

3.3 Weiterbildung mit Blick auf die Zukunft

Wir wollen eine starke Life Design Community bilden, die sich für die proaktive Gestaltung der Zukunft einsetzt. Dafür werden wir nicht nur eine Community mit regelmässigem Austausch und weiteren Fortbildungen im In- und Ausland anbieten, sondern auch die Teilnehmenden durch gemeinsame Publikationen und der Bildung einer Fachkompetenz stärken, die sie in die Welt tragen können.

Neben der Weiterbildung zum Life Design Coach wollen wir zukünftig auch eine zweite Weiterbildung als Life Design Expert anbieten, in dem das Thema Life Design im Rahmen eines eigenen Projektes angewendet werden kann, u.a. Gestaltung eines Life Design Labs in der eigenen Organisation, Anwendung von Life Design für bestimmte Zielgruppen (z.B. Kinder, Eltern, Blinde) oder auch die Entwicklung von neuen Methoden. Zusammen mit dieser zweiten Weiterbildung besteht die Möglichkeit einen CAS in Life Design mit einem Zertifikat der Universität St. Gallen zu erwerben. Näheres dazu gibt es in Kürze.

4 Ausbildungsziel

Die Teilnehmenden der Life Design Coaching Weiterbildung lernen die Grundlagen, wissenschaftliche Hintergründe und deren praktische Anwendung von Design Thinking, Positiver Psychologie und Verhaltensökonomie kennen und erfahren in der Theorie und Praxis, wie sie diese in ihre Coachingprozesse und -praktiken sinnvoll einsetzen können. Sie arbeiten dabei für sich und in Teams, um diese Grundlagen nicht nur theoretisch zu erlernen, sondern werden angeleitet mit diesen zu experimentieren und dadurch auch selbst Innovationen zu schaffen. Die Teilnehmenden erhalten die Kompetenz Life Design Coaching für verschiedene Zielgruppen und Situationen anzuwenden. Sie werden dazu befähigt Life Design erfolgreich in Ihren bestehenden Coachingtätigkeiten zu integrieren, neue Tätigkeitsfelder zu erschaffen und Life Design an andere zu vermitteln.

Die Teilnehmenden der Life Design Coaching Weiterbildung

- Lernen Grundlagen und Prinzipien von Life Design, Design Thinking, Positiver Psychologie und Verhaltensökonomie kennen
- Vertiefen die theoretischen und praktischen Grundlagen und Fertigkeiten von Coaching (Haltung, Prozesse und Praktiken)
- Wenden die Grundlagen auf ihr eigenes Leben an und erproben Life Design Coaching mit Teilnehmenden aus der Weiterbildung und ausserhalb der Weiterbildung
- Entwickeln eine Life Design Haltung zur proaktiven Gestaltung der Zukunft
- Können Life Design Coaching auf verschiedene Bereiche im Beruf und im Leben anwenden

5 Module und Studiendaten

Die Weiterbildung als Life Design Coach findet in fünf Workshop-Modulen statt:

5.1 Modul 1 – Welcome, Kick-Off und Schwerpunkt Life Design

Donnerstag-Freitag, 21.–22.09.2023, 9:30-17:30, St. Gallen

Einführung in den Lehrgang und Kennenlernen aller Teilnehmenden. Vermittlung des Life Design Ansatzes inklusive Life Design Prinzipien und verschiedene Anwendungsbereiche. Vertiefung von Design Thinking, Positiver Psychologie und Verhaltensökonomie in Verbindung mit Life Design. Fokus auf die Anwendung der eigenen beruflichen und privaten Problemstellungen auf verschiedenen Flughöhen. Ziel ist die authentische Selbsterfahrung zum wahrhaften Vorleben von Life Design als Coach mit Coachees.

Zwischen Modul 1 und Modul 2 bleibt Zeit für den Wissenstransfer in die eigene Praxis, zunächst mit sich selbst. Dieser Transfer wird begleitet durch kleine schriftliche und visuelle Reflexionsaufgaben zur Einordnung des neuen Wissens und der neuen Erfahrung in das bestehende Wissens- und Erfahrungskonstrukt.

5.2 Modul 2 – Schwerpunkt Coaching (Einzel-, Gruppen- und Peer-Coaching)

Donnerstag-Freitag, 19.–20.10.2023, 9:30-17:30, St. Gallen

Vertiefung der Grundlagen von Coaching und neueste wissenschaftliche Erkenntnisse. Interventionen zum Aktiven Zuhören mit praktischer Anwendung. Vorstellen des „Coaching Kompetenz Diamant“ und Arbeit mit dem TGROW Modell und gemeinsames Erarbeiten der Integration in das Life Loops Modell. Fokussierte Debriefings der Coachingübungssequenzen und individuelles Feedback. Ausweitung des Einzel- und Peer-Coachings auf die Spezifika bei Gruppen- und Teamsettings.

Zwischen Modul 2 und Modul 3 bleibt Zeit für die Anwendung von Life Design Coaching in der eigenen Coaching Praxis. Es geht um die systematische Erweiterung des eigenen Coachingrepertoires mit Hilfe von Life Design Coaching. Dieser Transfer wird begleitet durch Anleitungen zur Erstellung von Erfahrungsberichten, dem Festhalten von Lernerfahrungen und der Erstellung des ersten Prototypen einer eigenen Life Design Coaching Toolbox.

5.3 Modul 3 – Schwerpunkt Anwendung, Lernen und Toolbox

Donnerstag–Freitag, 30.11.–01.12.2023, 9:30-17:30, St. Gallen

Fokus auf die Anwendung von Life Design im persönlichen und beruflichen Coaching. Kurze Vorstellung von Life Design Coachings der vergangenen Wochen und gegenseitiges Lernen und „Leben“ der Life Design Prinzipien. Weiterentwicklung der persönlichen Life Design Coaching Toolbox. Erfahrungsberichte und Toolboxbeispiele aus dem Bereich Life Design Coaching von Sebastian Kernbach und Petra Kipfelsberger.

Zwischen Modul 3 und 4 bleibt Zeit für die weitere Anwendung von Life Design Coaching im privaten und beruflichen Umfeld mit der weiterentwickelten Life Design Coaching Toolbox. Dieser Transfer wird begleitet durch schriftliche und visuelle Reflexionstools.

5.4 Modul 4 – Austausch und Supervision

Freitag, 12.01.2024, 9:30-17:30, Virtuell

Freitag, 09.02.2024, 13:30-17:30 (halber Tag), Virtuell

Zwischen dem Anwendungsmodul 3 und dem Abschluss in Modul 5 besteht hier die Möglichkeit virtuell an zwei Daten (12.01.2024, ganztägig, und 09.02.2024, halbtägig) jeweils Fälle aus der Life Design Coaching Praxis der Teilnehmenden zu besprechen und durch Sebastian Kernbach und Petra Kipfelsberger eine Supervision zu erhalten. Der Fokus liegt hier auf der Begleitung des Transfers in die eigene Praxis.

Zwischen Modul 4 und 5 bleibt Zeit für die weitere Anwendung von Life Design Coachings im privaten und beruflichen Umfeld mit den Rückmeldungen aus dem Austausch und der Supervision. Somit soll zugleich eine optimale Vorbereitung auf die abschliessende Kurzpräsentation im Abschlussmodul 5 gewährleistet werden.

5.5 Modul 5 – Abschluss, Zusammenfassung & Zertifikatsübergabe

Freitag, 23.02.2024, 9:30-17:30, St. Gallen

Am letzten Tag der Weiterbildung ist einer der Höhepunkte, dass alle Teilnehmenden eine Kurzpräsentation halten werden, bei der sie in kompakter Form Ihr Meisterstück (Transfer) vorstellen werden. Zudem gibt es eine Zusammenfassung aller Inhalte und einen Ausblick über Trends und Neuentwicklungen im Bereich Life Design. Am Ende erfolgt die feierliche Zertifikatsübergabe.

6 Eignung und Zulassungsbedingungen

6.1 Eignung

Die Weiterbildung Life Design Coaching richtet sich an Personen aller Funktionen, Tätigkeitsbereiche und Branchen, die Life Design in ihre Coaching Tätigkeit integrieren und in ihrem Umfeld verankern wollen.

6.2 Zulassung

Vorausgesetzt für die Weiterbildung in Life Design sind ein staatlich anerkannter Abschluss einer Fachhochschule, Universität oder technischen Hochschule sowie mindestens zwei Jahre Berufserfahrung als Coach. Interessierte ohne adäquaten Abschluss können durch Nachweis ihrer Aus- und Weiterbildung sowie Berufserfahrung bei positiver Gleichwertigkeitsprüfung zugelassen werden.

6.3 Anzahl Teilnehmende

Maximal 30 Personen

6.4 Unterrichtssprache

Deutsch, Unterrichtsmaterial teilweise in Englisch

6.5 Veranstaltungsort

Universität St. Gallen und virtuell

6.6 Abschluss

Zertifikat der Universität St. Gallen in "Life Design Coaching" (5 ECTS)

Möglichkeit der Erweiterung in „Certificate of Advanced Studies (CAS) in Life Design“ (Infos folgen)

7 Kosten und Anmeldung

7.1 Kosten

CHF 6900 (als Einführungspreis)

Zahlbar in 1 oder 2 variablen Rechnungen, wie z.B.

- eine Rechnung im Jahr 2023 und eine im Jahr 2024
- oder eine einzige Rechnung im Jahr 2023
- oder eine einzige Rechnung im Jahr 2024

7.2 Aufnahme-prozedere

Bitte reichen Sie die einzureichenden Unterlagen ein. Wir werden diese prüfen und ihnen in Kürze die Anmeldung bestätigen. Es gilt das Prinzip „first come, first served“. Die Anzahl der Plätze ist limitiert.

7.3 Online-Anmeldung

Anmeldungen für die Life Design Coaching Weiterbildung 2023/24 mit Start am 21. September 2023 gerne online via registration@lifedesignlab.ch.

7.4 Einzureichende Unterlagen

Lebenslauf

Eine möglichst kompakte und übersichtliche Auflistung Ihrer Ausbildung und Ihres beruflichen Werdegangs auf maximal 3 Seiten. Verdeutlichen Sie dabei bitte auch Ihre Coachingexpertise (z.B. Ausbildung, vertiefte Kenntnisse, Coachingerfahrungen)

Motivationsschreiben

Erläutern Sie Ihre Motivation zur Weiterbildung auf maximal einer A4-Seite. Sollten Sie über keinen Hochschulabschluss verfügen, beschreiben Sie bitte Ihre bisherige Berufserfahrung und Motivation für das gewählte Weiterbildungsstudium (maximal zwei A4-Seiten).

Personenfoto als JPG

Schicken Sie als separate Datei ein aktuelles Bild in Passfotoqualität im Hochformat.

Weitere Dokumente

Zeugnisse, Diplome, Zertifikate

Die Dokumente müssen als PDF geschickt werden. Im Idealfall schicken Sie alle Dokumente in einer einzigen PDF-Datei zusammen mit ihrer Bewerbung an registration@lifedesignlab.ch. Falls dies nicht möglich ist, gehen auch mehrere Dateien, eine einzige Datei ist präferiert.

8 Leitung, Dozierende, Sekretariat

Haben Sie Fragen zur Life Design Coaching Weiterbildung oder wünschen Sie eine individuelle Beratung? Wenden Sie sich direkt an die folgenden Personen:

8.1 Weiterbildungsleitung



Prof. Dr. Sebastian Kernbach
Director
sebastian.kernbach@unisg.ch

Prof. Dr. Sebastian Kernbach gründete 2018 nach einem Stipendium in Stanford das Life Design Lab an der Universität St. Gallen: www.LifeDesignLab.ch. Er hat zwei preisgekrönte Bestseller zum Thema Life Design geschrieben: Life Design und das Life Design Actionbook: www.LifeDesignLab.ch/actionbook. Zusammen mit seinem Team hat er 2022 den HSG Impact Award gewonnen.

Er arbeitet mit Organisationen wie den Vereinten Nationen, Nike, Deloitte oder dem World Demographic Forum am Thema Life Design, von Kindern an der Kinder-Uni bis zu CEOs und forscht an der proaktiven Gestaltung von Übergängen im Leben. Neben der Universität St. Gallen arbeitet er als Visiting Professor am Stanford Institute of Design, an der African Doctoral Academy und der Central University of Beijing.

Seit neuestem ist er Academic Director für Europas erstes innovatives Life Design Weiterbildungsformat NEXT an der Universität St. Gallen.



Prof. Dr. Petra Kipfelsberger
Vice-Director
petra.kipfelsberger@unisg.ch

Prof. Dr. Petra Kipfelsberger hatte von 2010 bis 2014 die administrative Leitung des Coaching-Programms der Universität St. Gallen inne. Sie ist Autorin des Fachbuchs «Wertecoaching. Beruflich brisante Situationen sinnvoll meistern», welches 2011 in 2. Auflage im ManagerSeminare Verlag erschienen ist. Ihre Stärke und Leidenschaft ist es, andere in ihrer Coachingkompetenz zu stärken.

So hat sie in den letzten neun Jahren mehr als 500 Master-Studierende der HSG in Coachingkompetenzen ausgebildet und zahlreiche Coaching-Seminare für Executives im Rahmen von EMBA Programmen an der Universität St. Gallen und in zahlreichen weiteren universitären und firmenspezifischen Programmen und Weiterbildungen unterrichtet (u.a. BioNTech). Ihre Forschung in den Bereichen der inspirierenden Führung, Sinnerfüllung und Purpose in der digitalen Arbeitswelt sowie Kundenfokus wurde bereits mehrfach ausgezeichnet (z.B. Emerald Outstanding Author Contribution Award, Leadership Researchathon Award und SERVSIG Award).

Über ihre bahnbrechenden Forschungsergebnisse zu Coaching und authentischer Persönlichkeitsentwicklung aus dem Jahr 2022 berichteten Forbes und PsychologyToday.

8.2 Sekretariat

Das Sekretariat steht bei Fragen zur Administration und insbesondere zu Fragen der Rechnungsstellung per Email zur Verfügung.

Moschgan Rosanka
Administration, Rechnungsstellung
rosanka.moschgan@unisg.ch