

**DIPLOMLEHRGANG THIRD AGE COACH-COACHING FÜR DIE ARBEIT MIT ÄLTEREN MENSCHEN**

**Der Basislehrgang:**

Dauer: 1 Semester  
 ■ 4 Seminare, jeweils Sa/So von 9:00-18:00  
 ■ 1 Abschlussmodul, Sa von 9:00-18:00  
 ■ 7 Fachkolloquien, Di 18:00 bis 21:00  
 ■ Gruppenlernsitzungen  
 ■ 5 Einzelcoachings/Supervision  
 Kosten: Eur 1.750,00  
 (Ratenzahlung möglich)

**Förderungen**

siehe [www.kursfoerderung.at](http://www.kursfoerderung.at)

**Der Aufbaulehrgang:**

Dauer: 1-2 Semester (individuell)  
 ■ 6 Praxisseminare  
 ■ Fachveranstaltungen zur Spezialisierung  
 ■ Übungscoachings  
 ■ Selbsterfahrung  
 Kosten: 2 Semester bis zu Eur 1.900,00  
 (modulare Bezahlung)

**Lehrgangsleitung:**

Dr.<sup>in</sup> Hedwig Fritz  
 Dipl. Phil II Michael Stocker MSc

**Third Age Coach Infopoint:**

Di, 24. Jänner 2012, 18:00-21:00  
 Treffen aller InteressentInnen,  
 TrainerInnen und bisherigen  
 AbsolventInnen.

**Teilnahme kostenlos**

Um Voranmeldung wird gebeten

**Lehrgangsbeginn:**

18. Februar 2012

**Anmeldeschluss:** 30. Jänner 2012

**Ansprechpartnerin und  
nähere Information:**

Doris Urbanke, Tel. 01/317 52 43-34  
 E-Mail: [doris.urbanke@vhs.at](mailto:doris.urbanke@vhs.at)

**kostenlose Infoabende:**  
**Di, 22. Nov. 2011**  
**Di, 13. Dez. 2011**  
**Do, 19. Jän. 2012**  
**jeweils 17 Uhr**

Coaching für die Arbeit mit älteren Menschen



Volkshochschule  
 Alsergrund · Währing · Döbling  
 9., Galileigasse 8  
 Tel.: 317 52 43  
 Fax: 317 52 43-37  
 E-Mail: [info.alsergrund@vhs.at](mailto:info.alsergrund@vhs.at)  
 Montag bis Donnerstag  
 8:30-13:00 und 14:00-19:30  
 Freitag 9:00-14:00



Die Wiener Volkshochschulen GmbH 1150 Wien, Hollerg. 22. Für den Inhalt verantwortlich: Mario Rieder (Geschäftsführer Die Wiener Volkshochschulen GmbH), Mag.<sup>a</sup> Monika Reif (Leiterin Volkshochschule Alsergrund, Währing, Döbling) Coverzeichnung: Reinhilde Becker

**DIPLOMLEHRGANG ZUM THIRD AGE COACH  
FRÜHJAHR 2012**



[www.vhs.at/alsergrund](http://www.vhs.at/alsergrund)



01/317 52 43

## Ein Diplom-Lehrgang für Personen, die

- mit Menschen ab der Lebensmitte arbeiten: PersonalentwicklerInnen, ErwachsenenbilderInnen.
- ältere Menschen beruflich oder ehrenamtlich betreuen oder pflegen.
- sich aktiv und erfolgreich mit dem Älterwerden auseinandersetzen wollen.
- eine Zusatzqualifikation für ihr Tätigkeitsfeld erwerben möchten.
- ihre berufliche Situation überdenken, systemisch betrachten und neu gestalten wollen.

Sie erwerben Coaching-Kompetenzen und bauen Sachwissen zum Thema „Alter“ auf, um erfolgreich ältere Menschen und Personen, die mit älteren Menschen arbeiten, coachen zu können.

### Struktur:

Basislehrgang mit Zertifikat  
Aufbaulehrgang mit Diplom

## BASISLEHRGANG SEMINARE

### THIRD AGE COACHING IM BERUF UND FÜR DEN ALLTAG

Lernen Sie die Grundlagen kennen, wie Sie Menschen in Umbrüchen oder bei schwierigen Entscheidungen professionell unterstützen können. Die Lebensphase ab Mitte 40 bringt viele offene Fragen mit sich und auch Chancen für ein völlig neues Tätigkeitsfeld in dieser älter werdenden Gesellschaft.

Sa + So 18. 2. + 19. 2. 12 9:00-18:00

### METHODEN UND WERKZEUGE IM COACHING-ABLAUF

Struktur eines Coaching Gesprächs; Problemstellungen konkretisieren; Ziele suchen und finden; Ressourcen entdecken; Systemisches Arbeiten (Zusammenhänge und Wirkungen bearbeiten); Lösungen andeuten und auf Realitätsbeug „abklopfen“; Grundlagen der Kommunikation.

Sa + So 17. 3. + 18. 3. 12 9:00-18:00

### BEZIEHUNGSKLÄRUNG UND LÖSEN VON KONFLIKTEN

Visualisierung von Beziehungen; Konflikte erkennen und lösen; Feedback geben und nehmen.

Sa + So 14. 4. + 15. 4. 12 9:00-18:00

### LEBENSBALANCE UND KOMPETENZEN

Lebenswerte als Motivatoren; Coaching-Werkzeuge für das persönliche Energiekonzept; eigene Kompetenzen zur Neugestaltung beruflicher und nachberuflicher Wege einsetzen.

Sa + So 12. 5. + 13. 5. 12 9:00-18:00

### ARBEITSFELDER UND PERSPEKTIVEN -ZERTIFIKATSVERLEIHUNG

Abschlussmodul: Mein persönliches Coaching-Projekt; Visionen entwickeln; Zertifikatsverleihung.

Sa 16. 6. 12 9:00-18:00

## BASISLEHRGANG FACHKOLLOQUIEN

### LEBENS-BILDER IM GESELLSCHAFTLICHEN WANDEL

Wie finde ich meinen eigenen Lebensentwurf? Wie unterstütze ich andere Menschen dabei?

Third Age Coach Luise Buchegger  
Di 28. 2. 12 18:00-21:00

### LEBENS-ÜBERGÄNGE

Was hilft, was hindert in persönlichen und beruflichen Umbrüchen? Wie begleite ich Menschen in Übergangsphasen ihres Lebens?

Mag. Michael Enslé  
Di 13. 3. 12 18:00-21:00

### BERUF – BERUFUNG – BEWÄLTIGUNG

Welche Herausforderungen und Chancen kommen auf ältere ArbeitnehmerInnen zu? Welche Angebote helfen, Krisen zu bewältigen und Gleichgewicht zwischen Arbeit und Privatem zu finden.

Mag<sup>a</sup> Ilse Reichart  
Di 27. 3. 12 18:00-21:00

### ÄLTER IM FAMILIENSYSTEM

Typische Reibungsflächen, Konfliktfelder und Krisen erkennen; Balance finden in veränderten Lebensformen.

Dr<sup>in</sup> Renate Riedler-Singer  
Di 23. 4. 12 18:00-21:00

### LEBENS-BILDER – KOMPETENZEN

Welche Einstellungen fördern eine aktive und kreative Lebensgestaltung? Welche Angebote erfüllen die Lernbedürfnisse? Gesellschaftliche Beiträge und Partizipation im dritten Lebensalter.

Third Age Coach Luise Buchegger  
Di 8. 5. 12 18:00-21:00

### ETHIK IM BERATUNGSFELD

Wertvorstellungen und Menschenbilder in der Beratung; gesellschaftliche und biographische Veränderungen. Wie erkenne ich die eigenen Grenzen und Interventionsmöglichkeiten?

Dr<sup>in</sup> Renate Riedler-Singer  
Di 22. 5. 12 18:00-21:00

### BERUF – BERUFUNG – PERSPEKTIVEN

Gestalten der nachberuflichen Phase; Erfahrungen, Fähigkeiten sinnvoll einsetzen; Erwerbsarbeit, soziales Engagement, Ehrenamt – wie die passende Mischung finden?

Mag. Michael Enslé  
Di 5. 6. 12 18:00-21:00

## AUFBAULEHRGANG ZUM DIPLOM

**Voraussetzung:** Basislehrgang

**Umfang:** 1 oder 2 Semester; 130 UE; modulartiger Aufbau; Seminare zur Wahl

### Inhalt:

6 Praxisseminare Samstag und/oder Sonntag 9:00 - 18:00 Uhr: Festigung der Coachingfähigkeiten, Übungscoaching, Erweiterung des Interventionsrepertoires.

Abendveranstaltungen zur Spezialisierung: teilnehmerInnenorientierte Schwerpunkte

- Arbeiten mit Gruppen
- Krisenintervention
- Didaktische Basis für alters- und hirngerechtes Lernen
- Selbstmarketing
- Rechtliche Grundlagen
- Wirtschaftliche Aspekte

Selbsterfahrung und Entwicklung mittels Coaching und/oder Gruppenselbsterfahrung; Gruppenlernsituationen (peer groups), Literaturstudium.

Der Aufbaulehrgang endet mit einer Projektarbeit und einem Fachgespräch.

Die TeilnehmerInnen erhalten nach Absolvierung beider Lehrgänge das Diplom zum Third Age Coach, das sich an den Standards nationaler und internationaler Coachingverbände orientiert.