

# FRAMHALDSNÁM Í MARKÞJÁLFUN

Allt sem þú vilt vita áður en námið hefst

Við bjóðum alla velkomna í framhaldsnámið til okkar sem hafa lokið ICF-vottuðu grunnnámi og hafa markþjálfað a.m.k. 30 klst. Við vitum að það eru takmörk fyrir því hversu mikið er hægt að kenna á 100 klukkustundum en með góðum kennurum, frábærum nemendum, fullkomnu kennslu- og stuðningskerfi á vefnum og brennandi ástríðu fyrir faginu tókum við ákvörðun um að ganga eins langt og við teljum mögulegt hvað varðar efnistöð og innihald.

Við erum sérlega stolt af því að vera þau einu hér á landi sem erum með hæsta vottunarstig - eða ACTP vottun - á markþjálfanámi þar sem öll kennsla miðast við PCC-færni viðmið og er því fullnægjandi undirbúningur, ekki bara fyrir ACC-vottun heldur einnig PCC-vottun.

Eftir mikinn undirbúning og þarfagreiningu kenndum við framhaldsnámið okkar í fyrsta skipti haustið 2018. Eftirspurn eftir markþjálfum hefur verið að þróast bæði á einstaklings og fyrirtækjamarkaði. Fyrirtæki eru að kalla eftir teymisþjálfun í mun ríkara mæli og rannsóknir hafa einnig varpað ljósi á að þeir sem kaupa þjónustu markþjálfva vilja gjarna meiri áskoranir og festu.

Við höfum gert allt sem í okkar valdi stendur til að framhaldsnámið hjá okkur standist kröfur og væntingar þeirra nemenda sem koma til okkar í námið bæði hvað varðar efnitök, kennsluhætti og framvindu námsins.



Við erum öll í sama liði og markmið okkar er bæði einfalt og skýrt:

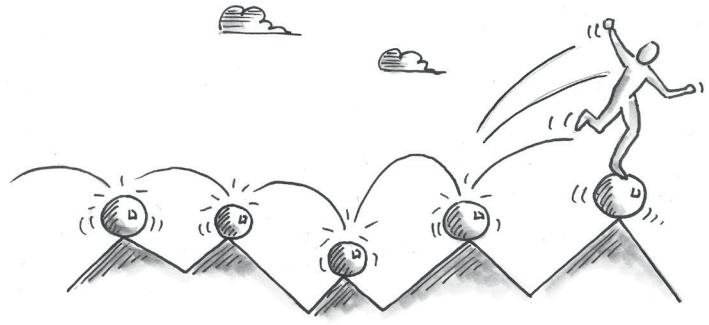
**Við viljum alltaf gera gott - örlítið betur!**

Ingvar Jónsson  
Framkvæmdastjóri Profectus

Markþjálfun er að opna á möguleika mannsins til að hámarka eigin getu.

Hún gengur út á að hjálpa fólki að læra í stað þess að kenna því.

*Sir. John Whitmore*



## Hvað gerist eftir að þú ert búin(n) að skrá þig?

### Greiðsla staðfestingargjalds **1**

Til að tryggja endanlega plássíð þitt í námið þarft þú að greiða 50.000,- staðfestingargjald. Greiðsluseðill birtist í heimabanka skömmu eftir að skráning hefur borist okkur.

### Sækja um styrk ef kostur er á því **2**

Framhaldsnámið okkar er styrkhæft hjá öllum verkalýðsfélögum og öðrum sem veita styrki til náms. Ef þú hefur rétt á styrk útbúum við greiðslukvittun og önnur gögn sé þess óskað.

### Finna eftirstöðvum farveg sem hentar **3**

Við bjóðum upp á fjölbreyttar leiðir til að ganga frá eftirstöðvum námsgjalda. Við getum boðið upp á raðgreiðslur, léttgreiðslur, Netgíró eða skipt greiðslum með nokkrum kröfum í heimabanka.

## Yfirferð og framvinda námsins í fáum orðum ...

### Undirbúningur fyrir fyrstu lotuna **1**

Nokkrum dögum áður en námið hefst sendum við þér tölvupóst þar sem við hnykkjum á því helsta sem gott er að hafa í huga áður en námið hefst. Námið er krefjandi og gott að vera undir það búin(n).

### Yfirferð fyrstu lota (4 dagar frá 9-16) **2**

Í fyrstu lotu námsins er áhersla lögð á dýpri skilning hæfnisþáttanna, áskorandi markþjálfun, teymismarkþjálfun og fleiri leiðir til að stuðla að vitundarsköpun hjá markþegum.

### Heimavinna á milli lotu 1 og 2 **3**

Á milli fyrstu tveggja lotnanna vinna nemendur saman í teyimum þar sem þeir nýta aðferðafræði teymisþjálfunar til að stuðla að vexti og lærdóm innan teymisins, bæði persónulegum og á teymisgrundvelli.

### Lota 2 - NBI réttindi (2 dagar frá 8:30-16:30) **4**

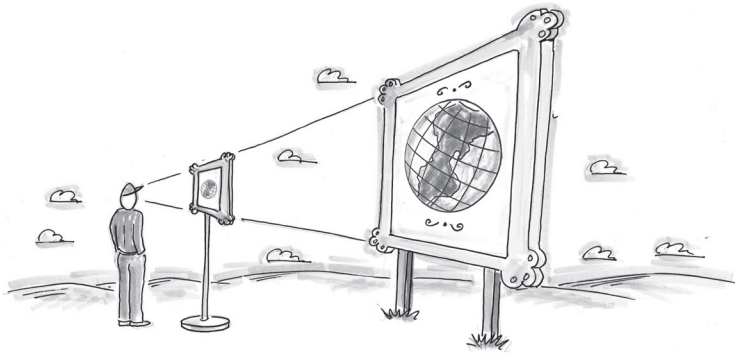
Eftir lotu tvö öðlast allir nemendur NBI-réttindi og heimild til að vinna með NBI-greiningar. Allir fá sitt heimasvæði í NBI-kerfinu þar sem þeir geta úthlutað lykilorðum og haft umsjón með greiningum sinna viðskiptavina.

### Heimavinna á milli lotu 2 og 3 **5**

Nemendur skila inn sinni lokaskýrslu til að fá NBI-réttindin. Á þessum tímamarki fara teymin af stað með lokaverkefni sem ganga út á að vinna fyrir og með öðru teymi að framförum, úrbótum og auknum styrk sem teymi. Hér reynir á styrk, þroska og umburðarlyndi teyma.

### Yfirferð í lotu 3 (4 dagar frá 9-16) **6**

Í lotu þrjú kynna teymin lokaverkefni sín fyrir hópnum. Þá er kennt hvernig endurbótafundur teyma er framkvæmdur. Nemendum er kennt að bera kennsl á mismunandi birtingamyndir meðvirkni og hvernig hún getur staðið í vegi fyrir að bæði markþjálfinn og markþeginn nái tilsettum árangri. Einnig eru tengsl sálfræðinnar við markþjálfun er skoðuð sérstaklega.



## Ítarlegri lýsing á tímasetningum og efnistöfum

| Dags:                     | Tími:       | Fjöldi klst. | Efnistöf - Framvinda   |
|---------------------------|-------------|--------------|--|
| fös. 03. feb.             |             | 3            | Aðgangur að kennslukerfinu opnaður   |
| fim. 09. feb.             | 09:00-16:00 | 6            | Dagur 1 í náminu - Fyrsta lota   |
| fös. 10. feb.             | 09:00-16:00 | 6            | Dagur 2 í náminu - Fyrsta lota   |
| lau. 11. feb.             | 09:00-16:00 | 6            | Dagur 3 í náminu - Fyrsta lota   |
| sun. 12. feb.             | 09:00-16:00 | 6            | Dagur 4 í náminu - Fyrsta lota   |
| mán. 13. feb.             |             | 24           | Lokaverkefni hefst (Nemendateymi skipuleggja sína vinnu sjálf)                                   |
| mán. 20. feb.             | 23:59       | 2            | Skilafrestur á 30 min. upptöku nr. 1   |
| mán. 27. feb-<br>mið. 1.3 | Samkomulag  | 1            | Persónuleg mentor markþjálfun nr. 1  |
| þri. 21. feb.             | 17:00-18:30 | 1,5          | Hóp-mentor markþjálfun „Online“  |
| þri. 07. mar.             | 23:59       | 2            | Skilafrestur á 30 min. upptöku nr. 2   |
| 14.-16. mar.              | Samkomulag  | 1            | Persónuleg mentor markþjálfun nr. 2  |
| þri. 07. mar.             | 17:00-18:30 | 1,5          | Hóp-mentor markþjálfun „Online“  |
| fös. 17. mar.             | 08:30-16:30 | 7            | Dagur 4 í náminu - Önnur lota (NBI)  |
| lau. 18. mar.             | 08:30-16:30 | 7            | Dagur 5 í náminu - Önnur lota (NBI)  |
| þri. 28. mar.             | 17:00-21:00 | 4            | Hóp-mentor markþjálfun „Online“ (4 klst.)  |
| fim. 30. mar.             | 23:59       | 4            | Heimavinna - NBI-practitioner lokaskýrsla  |
| mið. 12. apr.             | 17:00-18:00 | 1            | Q&A vegna lokaverkefnis (kennari til aðstoðar ef þarf)   |
| 11.-13. apr.              | Samkomulag  | 1            | Persónuleg mentor markþjálfun nr. 3 (nemandi markþjálfar kennara og fær endurgjöf á frammistöðu. |
| þri. 25. apr.             | 23:59       | 2            | Skilafrestur á max. 35 min. upptöku nr. 4 (Prófupptaka)  |
| mán. 01. maí              | 23:59       | 9            | Skilafrestur á lokaverkefnum (Teymin senda inn skýrslu)  |
| fim. 04. maí              | 09:00-16:00 | 6            | Þriðja lota - Kynning lokaverkefnis o.fl.  |
| fös. 05. maí              | 09:00-16:00 | 6            | Þriðja lota - Meðvirkni og markþjálfun - Sálfræði og markþjálfun                                 |
| lau. 06. maí              | 09:00-16:00 | 6            | Þriðja lota - Mismunandi líkön og aðferðir til markþjálfunar                                     |
| sun. 07. maí              | 09:00-15:30 | 5,5          | Þriðja lota - Samantekt, uppgjör, nýja sagan mín   |
| sun. 07. maí              | 15:30-17:00 | 1,5          | Útskrift og myndataka  |



## Lokaverkefni námsins er Teymisþjálfun með starfandi teymi í fyrirtæki.

Eftir því sem námið hefur þróast höfum við reynt að mæta óskum nemenda í hvert sinn þegar skoðað er í lok náms hvað megi gera betur eða með öðrum hætti.

Niðurstaða þessara umbóta-funda hefur skilað sér í verkefni sem er hæfilega skilgreint en inniheldur samt sem áður nægt svigrúm fyrir nemendur að ákveða hvaða leiðir séu líklegastar til að skila mestum virðisauka til þeirra teyma sem unnið er með hverju sinni.

Engin teymi eru eins og öll hafa þau mismunandi þarfir því tilgangur þeirra og markmið eru eins misjöfn og þau eru mörg.

## Skýrslan sem skilað er inn eftir lokaverkefnið.

Skýrslan sem afhent er í lokin á að innihalda lýsingu á ferlinu þar sem áherla er lögð á þann lærdóm sem átti sér stað á meðan verkefninu stóð. Þar er bæði átt við lærdóm nemenda og teymisins.

Þar á að koma fram hvernig undirbúningur átti sér stað fyrir fundina, hvað var lagt upp með fyrir hvern fund og hver útkoman var. Hvaða verkfæri voru nýtt við þarfagreiningu og við að stuðla að vexti og vitundarsköpun o.s.frv.

Það koma alltaf upp áskoranir í vinnu sem þessari og eru það verðmætustu hlutar ferlisins því þar á mestur lærdómur sér stað. Það sem við leggjum mesta áherslu á að skoða er hvernig þið bregðist við þessum áskorunum og hvað þið lærduð á þeim - það er það eina sem skiptir máli.

### Undirbúningur

Tímasetningar, verkaskiptingar, tengiliður valinn sem setur sig í samband við tengilið teymis.

### Fundur nr. 1 með Teymi

Kynningar á báða vegu. Hver er tilgangur verkefnisins? Tryggja sameiginlega sýn og skuldbindingu á vinnuframlagi teymisins á meðan verkefninu stendur. Hver er raunstaða teymisins - nemendur vilja ná fram yfirsýn með fyrirfram skilgreindri þarfagreiningu. Hver er besta mögulega útkoma sem teymið sækist eftir? Teymismeðlimum er úthutað sínum markþjálf.

### Fundur nr. 2 með Teymi

Í ljósi þarfagreiningar á fyrsta fundi ættu hóparnir að vera búnir útbúa tillögur af því hvaða „verkfæri“ munu nýtist teyminu best til að ná fram þeirri útkomu sem teymið vildi ná fram á fyrsta fundi. NBI-greiningar eru alltaf notaðar en önnur verkfæri og ferlar eru á höndum nemenda að ákveða (t.d. styrkleikavinna, gildavinna, teymishjól o.s.frv.). NBI-greiningar eru sendar út frá Profectus á alla í teyminu eftir þennan fund. Tengiliður hópsins sendir Email allra í teyminu til Profectus þegar að þessu kemur.

### Fundur nr. 3 með Teymi

Fundur nr. 3 getur átt sér stað þegar allir í teyminu hafa svarað NBI-greiningu og nemendur treysta sér til að fara yfir niður-stöðurnar með teyminu og skoða hvaða lærdóm teymið getur nýtt sér til að styrkjast og vaxa enn frekar.

### Fundur nr. 4 með Teymi

Umbótafundur þar sem unnið er lærdóm teymisins til að skilgreina betur viðhald og áframhaldandi vöxt - þ.e. hvað, hver, hvernig, hvenær og af hverju breytinga er þörf? Einnig gæti verið uppi sú staða að fullkomin útkoma væri að leggja drög að framkvæmdaráætlun sé skilgreind ásamt ábyrgðarhnutverkum hvers og eins í teyminu.

### Kynning á lokaskýslu og endurgjöf

Nemendum er í sjálfsvald sett með hvaða hætti lokaskýrslan er kynnt fyrir teyminu, á fundi, á ZOOM eða hvort þeir senda skýrsluna á tengilið. Einnig er það í verkahring nemenda að ákveða hvort þeir sækist eftir endurgjöf frá teyminu og þá með hvaða hætti. Það sem skiptir öllu máli hér er að faglega sé gengið frá verki þannig að ellir séu sáttir og búið sé að hnýta alla hnúta.

### Skil á lokaverkefni

(sent inn í Tankinn fyrir 23:59 þann 2. maí til yfirferðar)

**fim. 9. feb.**  
**fös. 10. feb.**  
**lau. 11. feb.**  
**sun. 12. feb.**

**LOTA 1 í náminu**  
PCC-fræðsla & undirbúningur lokaverkefnis.

mán. 13. feb.  
þri. 14. feb.  
mið. 15. feb.  
fim. 16. feb.  
fös. 17. feb.  
lau. 18. feb.  
sun. 19. feb.  
mán. 20. feb.  
þri. 21. feb.  
mið. 22. feb.  
fim. 23. feb.  
fös. 24. feb.  
lau. 25. feb.  
sun. 26. feb.  
mán. 27. feb.  
þri. 28. feb.  
mið. 1. mar.  
fim. 2. mar.  
fös. 3. mar.  
lau. 4. mar.  
sun. 5. mar.  
mán. 6. mar.  
þri. 7. mar.  
mið. 8. mar.  
fim. 9. mar.  
fös. 10. mar.  
lau. 11. mar.  
sun. 12. mar.  
mán. 13. mar.  
þri. 14. mar.  
mið. 15. mar.  
fim. 16. mar.

**fös. 17. mar.**  
**lau. 18. mar.**

**LOTA 2 - NBI**

sun. 19. mar.  
mán. 20. mar.  
þri. 21. mar.  
mið. 22. mar.  
fim. 23. mar.  
fös. 24. mar.  
lau. 25. mar.  
sun. 26. mar.  
mán. 27. mar.  
þri. 28. mar.  
mið. 29. mar.  
fim. 30. mar.  
fös. 31. mar.  
lau. 1. apr.  
sun. 2. apr.  
mán. 3. apr.  
þri. 4. apr.  
mið. 5. apr.

**fim. 6. apr.**  
**fös. 7. apr.**  
**lau. 8. apr.**  
**sun. 9. apr.**

**mán. 10. apr.**  
þri. 11. apr.  
mið. 12. apr.  
fim. 13. apr.  
fös. 14. apr.  
lau. 15. apr.  
sun. 16. apr.  
mán. 17. apr.  
þri. 18. apr.  
mið. 19. apr.  
fim. 20. apr.  
fös. 21. apr.  
lau. 22. apr.  
sun. 23. apr.  
mán. 24. apr.  
þri. 25. apr.  
mið. 26. apr.  
fim. 27. apr.  
fös. 28. apr.  
lau. 29. apr.  
sun. 30. apr.  
mán. 1. maí.  
þri. 2. maí.  
mið. 3. maí.  
**fim. 4. maí.**  
**fös. 5. maí.**  
**lau. 6. maí.**  
**sun. 7. maí.**

### Persónuleg markþjálfun - tími 1

Eins og alltaf er það markþjálfun sem ræður för en það sem verkefnið snýr að teyminu er æskilegast að umræðan snúi að því með beinum eða óbeinum hætti.

Hafa skal hugsast að ferlið í teymisþjálfun er eins og í hefðbundinni markþjálfun alltaf fram- og lausnamiðað og skal miða að því að skapa vöxt og yfirstíga hindranir o.s.frv.

### Persónuleg markþjálfun

Eins og alltaf er það markþjálfun sem ræður för en það sem verkefnið snýr að teyminu gæti verið möguleiki hér að bjóða viðkomandi að skoða eigin lærdóm af síðasta teymisfundi.

Það er eitt að læra með teyminu en annað að skoða eigið hlutverk, lærdóm os.frv.

### Persónuleg markþjálfun

Í þessum tíma ætti nemandinn að vera komin með NBI-réttindin og ætti að fara yfir persónulegu NBI-skýrslu viðkomandi með honum og skoða þann lærdóm sem þar er að finna.

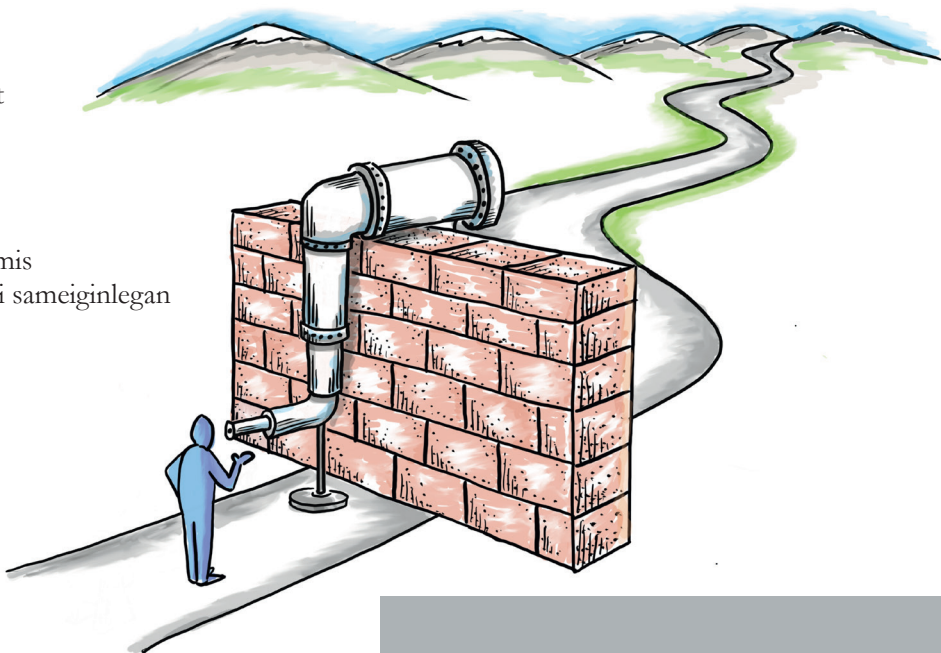
Eins og alltaf er það markþjálfun sem ræður för en það sem verkefnið snýr að teyminu gæti verið möguleiki hér að bjóða viðkomandi að skoða eigin lærdóm af síðasta teymisfundi - hvernig mun hann skuldbinda sig framtíðarsýn teymisins?

**LOTA 3 í náminu**  
Kynning lokaverkefnis og útskrift

# Lota 1

### Eftir fyrstu lotuna hafa nemendur:

- Fengið upprifjun í hæfnisþáttunum (Kenndir eru nýju hæfnisþættir ICF)
- Lært muninn á ACC og PCC hæfniskröfum
- Kynnst bæði samnemendum sínum og kennurum
- Fengið yfirsýn yfir námið og sett sér markmið varðandi þá útkomu sem þeir vilja fá úr náminu
- Fengið endurgjöf á sína markþjálfun út frá PCC-færni viðmiðum
- Gefið endurgjöf á markþjálfun út frá PCC-færni viðmiðum
- Lært FACTS módelið sem byggir á áskorandi markþjálfun
- Lært að gefa beinskeyttari endurgjöf til markþega
- Lært um þær 3 stoðir sem grundvalla ábyrgðarskyldu markþegans
- Skilning á mismuninum á markmiðum og áskorandi markmiðum
- Skilning á áhrifamætti ZOUND (Zone Of Uncomfortable Debate)
- Lært að vinna með „Kerfis-hugsun“ og af hverju mikilvægt getur verið að vinna með „stóru myndina“ í markþjálfasambandinu
- Markþjálfað og fengið markþjálfun með FACTS módelið að leiðarljósi
- Lært hvað Teymisþjálfun er og hvað hún er ekki
- Fengið yfirsýn yfir mismunandi hlutverk teymisþjálfunar
- Skilning á einkennum árangursríkra teyma
- Lært um stólpana þrjá sem sterk teymi byggja árangur sinn á
- Lært um mikilvægi tilfinningagreindar við teymisþjálfun
- Þekkingu á leiðum til að mynda sálrænt öryggi og traust í teymi
- Kynnst vinnukerfum, takti og tólum við teymisþjálfun
- Lært að vinna að sameiginlegri sýn teymis og mikilvægi þess að allir í teyminu hafi sameiginlegan skilning á þeirri útkomu sem teymið (og teymisþjálfinn) ber ábyrgð á
- Lært um 360° mat - bæði tilgang, undirbúning og framkvæmd og ávinning þess að vinna út frá raunstöðu



” Þetta nám hjá Profectus hefur breytt lífi mínu. Ekki aðeins hef ég lært að þekkja sjálfan mig upp á nýtt heldur eru viðskiptavinir mínir einnig að ná mun meiri árangri en áður.

” Efir markþjálfanámið hjá Profectus hef ég lært að hlusta meira og tala minna. Ég hef náð dýpri tengingu við skjólstaðinga mína og þeir taka meiri ábyrgð á eigin bataferli.

# NBI-réttindi

## NBI-réttindi

Meginmarkmið lotunnar er að nemendur öðlist NBI-réttindi.

Farið er enn dýpra í hvernig hægt er að nýta heildarhugsun í hlutverki markþjálfara til að stuðla að vexti og framförum, bæði hjá sjálfum sér og sínum markþegum því NBI-verkfærin eru fyrst og fremst hugsuð sem þróunarverkfæri.

Í lotunni er ítarlega farið yfir hugmyndafræði heildarhugsunar og hvernig NBI-greiningar veita okkur dýpri innsýn í eðlisfar fólks og hvar líklegt er að styrkleikar þeirra og þróunarsvið liggja.

NBI-verkfærin hafa verið í stöðugri þróun síðan 1981 og byggja á vísindalegum grunni og viðamiklum rannsóknum. Til að gera langa sögu stutta, NBI-innsæi styður við alla átta hæfnisþætti ICF og nýtist nemendum með margvíslegum hætti við markþjálfun með sama hætti og það nýtist þeirra markþegum, burtséð frá því hvaða aðferð eða sérsvið nemendur hafa tileinkað sér.

”

Ekki aðeins hef ég lært að þekkja sjálfan mig upp á nýtt heldur eru viðskiptavinir mínir einnig að ná mun meiri árangri en áður.

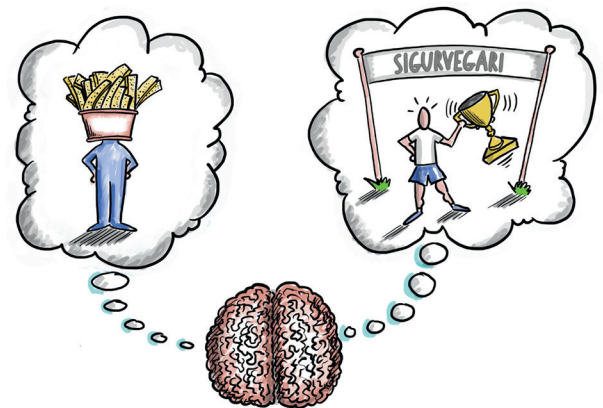
”

Frábært nám og hnitmiðað. Það hefur fengið mig til að vilja læra meira og kynna þetta fyrir sem flestum. Mjög öflugt samskiptaform.

# Dagur 4 og 5

## Eftir fjórða og fimmta daginn hafa nemendur:

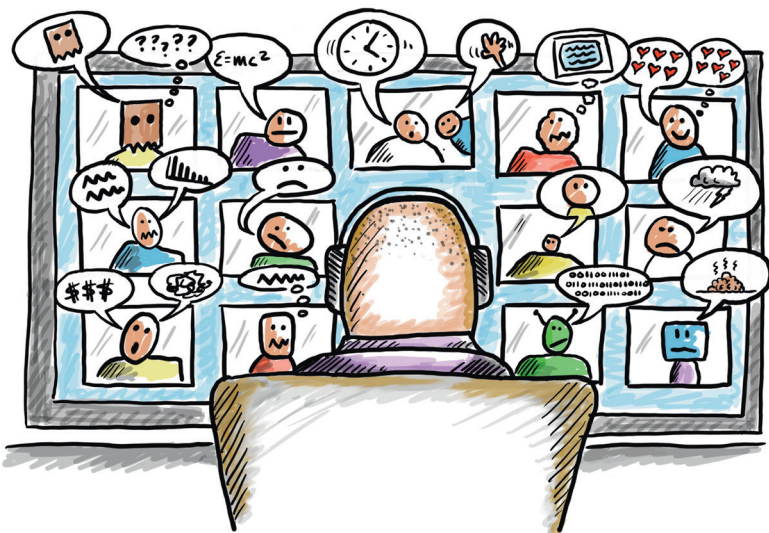
- Fengið vottun sem NBI-leiðbeinandur og eru orðnir hluti af alþjóðlegu teymi NBI®-markþjálfara
- Lært dýpri og áhrifameiri speglun
- Aukið getu sína til að aðlaga markþjálfun sína betur að hegðun, hugsun og tungumáli þeirra sem þeir markþjálfara
- Lært að nýta Heildarhugsun sér og sínum markþegum til framdráttar
- Lært að skilja hvernig mismunandi persónuleikar sjá heiminn hver með sínum hætti
- Lært að „lesa hugsanir“, hvernig hægt er að finna og lesa í vísbendingar um hvernig fólk hugsar og þar af leiðandi forgangsraðar
- Aukið virðisauka sinn sem markþjálfara með þaulreyndum og rannsökuðum aðferðum NBI®-markþjálfunar
- Aukið fagmennsku og trúuverðuleika í starfi sínu sem NBI-markþjálfarar
- Fengið inn á „sinn reikning“ 10 NBI®-greiningar (að verðmæti 65.000) til að nýta til æfinga í náminu eða fyrir sína viðskiptavini.
- Opnað á möguleika til að auka tekjustreymi og „vöruúrval“ sitt verulega með NBI®-réttindum
- Fengið eigin NBI®-stjórnarsíðu (bakenda) á vefnum fyrir sína viðskiptavini þar sem þeir geta sent út og unnið með greiningar
- Fengið „NBI®leiðbeinenda-pakka“ (að verðmæti 55.000,-) með t.d. PowerPoint kynningum (á íslensku og ensku), myndböndum, og margvíslegu kynningarefni til að auðvelda sér markaðssetningu á þjónustu sinni og til að innleiða NBI® í starf sitt og vöruúrval.



# Dagur 4 og 5

## Eftir NBI-lotuna hafa nemendur (frh.):

- Bætt þekkingu sína í öllum átta hæfnisþáttum ICF.
- Aukið getu sína til að aðlaga sig betur að hegðun, hugsun og tungumáli þeirra sem þeir markþjálfar, náð dýpri speglun.
- Lært hvernig þeir getua nýtt 360° hugsun, bæði sér og sínum markþegum til framdráttar.
- Aukið virðisauka sinn sem markþjálfari með þaulreyndum og rannsókuðum aðferðum.
- Aukið fagmennsku og trúverðuleika í starfi sínu sem markþjálfari.
- Þú verður vottaður NBI®-leiðbeinandi og hluti af alþjóðlegu teymi heildarhugsunar markþjálfara.



## Sem vottaður NBI-Practitioner:

- Færð þú 10 NBI®-greiningar (að verðmæti 60.000 kr.), til að æfa þig og koma þér af stað.
- Opnast möguleikar á að auka tekjustreymi þitt og þjónustuframboð verulega með því að vera búin(n) að bæta við þig NBI®-réttindum.
- Kaupir þú NBI-greiningar á heildsöluverði hjá Profectus og selur þínum viðskiptavinum með góðri álagningu.
- Færð þú þína eigin NBI®-stjórnsíðu á netinu fyrir þína viðskiptavini þar sem þú getur sent út og unnið með greiningar.
- Færð þú stuðnings og leiðbeinendapakka (að verðmæti 55.000 kr.) með fjölda PowerPoint kynninga (á íslensku og ensku), auk myndbanda, rannsókna, bæklinga og kynningarefni til að auðvelda þér að innleiða NBI® í þitt eigið efni og námskeið.
- Færð þú áframhaldandi þjálfun, þjónustu og aðstoð við að vinna með NBI® til að skapa þér virðisauka í þínu starfi.

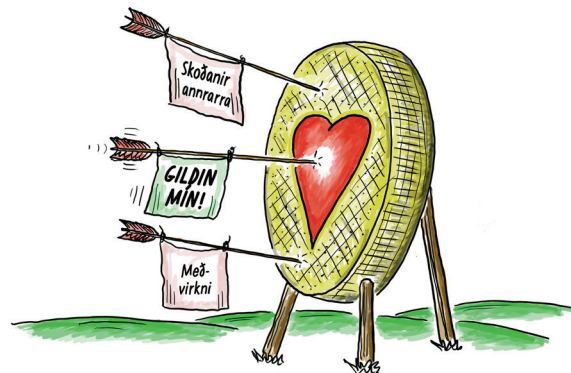
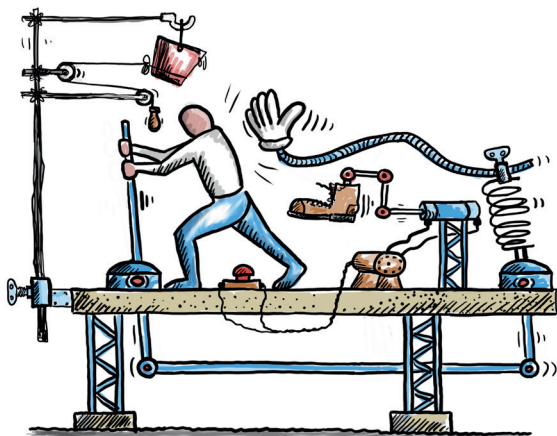
” Námið var frábært! Það fór langt fram úr væntingum og mun nýtast í leik og starfi mínu sem stjórnandi.

” Ég hafði hugsað um þetta í nokkurn tíma að fara í markþjálfanám og er mjög ánægð með að hafa farið í námið hér. Ég hlakka til næstu skrefa með hópnum.

# Lota 3

### Eftir þriðju lotu hafa nemendur:

- Skilning á mikilvægi þess að halda reglulega umbótafundum og lært leiðir til að þarfagreina hvernig umbótafundur þjóni þeim tilgangi sem aðstæður krefjast hverju sinni
- Tekið þátt í umbótafundum með sínu teymi undir leiðsögn kennara
- Lært að vinna úr niðurstöðum 360° frammistöðumats sem er hluti af heimaverkefni nemenda á milli lotna 2 og 3.
- Lært muninn á skort-, festu- og vaxtarhugarfari.
- Markþjálfað og fengið markþjálfun byggða á persónulegu 360° frammistöðumati.
- Lært styrkleikamiðaða nálgun í persónulegri stefnumótun
- Kynnst „Multilevel-modeling“, hvernig hægt er að markþjálfna í markvissum þrepum frá hegðun að gildismati.
- Betri skilning á helstu birtingarmyndum meðvirkni?
- Þekkingu á hinum augljósu einkennum meðvirkni?
- Lært spurningamiðaða nálgun tengda meðvirkni?
- Skilning á mikilvægum grunnþáttum sáfræðinnar sem tengjast hlutverki markþjálfans
- Markþjálfað og farið í markvissar æfingar með ofangreint að leiðarljósi
- Lært um fleiri tegundir markþjálfunar. Sú aðferð sem mest áhersla er lögð á í markþjálfanami er Hugræn markþjálfun (e. Cognitive Coaching). Þegar hingað er komið ættu flestir nemendur að vera tilbúnir til að kynna öðrum aðferðum og nálgunum.
- Lært um Lausnamiðaða markþjálfun (e. Solution Based Coaching)
- Lært um Umbreytandi markþjálfun (e. Transformational Coaching)
- Lært um Frásagnar markþjálfun (e. Narrative Coaching)
- Markþjálfað og þegið markþjálfun með einni eða fleiri aðferðum sem getið er hér að ofan
- Fengið undirbúning og upplýsingar um lokaverkefni námsins.



” Efir markþjálfanamið hjá Profectus hef ég lært að hlusta meira, betur og dýpra.

Sem sálfræðingur hef ég náð dýpri tengingu við skjólstæðinga mína og þeir taka nú meiri ábyrgð á eigin bataferli.

” Kraftmikið námskeið sem gaf mér fullt af nýjum verkfærum í kistuna. Verkfærum sem ég get nýtt í starfi og einkalífi. Ég lærði aðferð sem er mun áhrifaríkari en þær leiðir sem ég hef notað til þessa við að hvetja aðra áfram í starfi.

” Ég lærði mjög margt um sjálfan mig og fékk afar gott verkfæri til að nota í vinnu minni sem félagsráðgjafi. Ég mæli með þessu námi fyrir alla sem eru að vinna í markmiðasetningu eða við hjálpar til sjálfshjálpar með öðru fólki.



### Heimavinna 1

#### Milli lotu 1 og 2 er heimavinna nemenda að:

- Vinna með hópnum sínum að lokaverkefninu sem lýst er ítarlega hér að framan.
- Skila inn sínum fyrstu tveimur 30 mín. hljóðupptökum sem metnar er af þeim mentormarkþjálfara sem hverjum og einum nemanda er verið úthlutað.
- Hittir sinn mentormarkþjálfara í 1-2 skipti og fær mentormarkþjálfun ásamt því að fá skriflegar endurgjafir á sínar fyrstu upptökur.
- Taka þátt í hóp-mentor markþjálfun „Online“ (1,5 klst.).
- Hver og einn tekur ábyrgð á því að markþjálfara markvissst og af áráðni þannig að hann nái a.m.k. 100 tímum (fyrir ACC-vottun) áður en náminu lýkur.



Námið var frábært!

Ég geng út með fullt af ástríðu og eldmóð, með stútfulla verkfæratösku sem mun nýtast mér vel í leik og starfi.

Umgjörð og skipulag námsins var til fyrirmyndar, alveg upp á 10! Ég lærði mikið um sjálfa mig sem er ekki síður mikilvægt í þessu ferli.

### Heimavinna 2

#### Milli lotu 2 og 3 er heimavinna nemenda að:

- Vinna lokaverkefni með samnemendum (sínu teymi).
- Skila inn síðustu hljóðupptökum til yfirferðar.
- Skila inn lokaskýrslu til að fá fullgild NBI-réttindi (þetta er útskýrt mun betur í lok annarar lotu).
- Klára sína vinnu með sínum mentormarkþjálfara.
- Taka þátt í hóp-mentor markþjálfun „Online“ (4 klst.) þar sem lokaverkefnið er kynnt fyrir teyminum og því komið í farveg.
- Undirbúa og framkvæma bæði 360° frammistöðumat og 360° teymismat með sínu teymi (á öðru teymi úr náminu).



### Lokaverkefni

#### Tilgangur lokaverkefnisins

Megintilgangurinn er að flétta saman með raunverulegum hætti þá lykilkætti sem teknir eru fyrir í náminu, þ.e. teymisþjálfun, markþjálfun, áskorandi markþjálfun, NBI-greiningar og öðrum verkfærum sem nýtt eru til að raungreina frammistöðu og styrkleika og veikleika bæði teyma og einstaklinga. .

Lokaverkefni (unnið í teyminum) þar sem fléttað er saman með raunverulegum hætti þá lykilkætti sem teknir eru fyrir í náminu, þ.e. teymisþjálfun, markþjálfun, áskorandi markþjálfun, NBI-greiningar og öðrum verkfærum sem nýtt eru til að raungreina frammistöðu og styrkleika og veikleika bæði teyma og einstaklinga.

Lokaverkefnið er raunverkefni þar sem öllum nemendateyminum er úthlutað 4-6 manna teymi frá völdu fyrirtæki á höfuðborgarsvæðinu. Þar nýta nemendur nánast allt sem þeir hafa lært í náminu í raunadstæðum við að greina og styrkja teymið sem þeir fá úthlutað. Þar má nefna NBI-greiningar og valkvætt er hvaða verkfæri hóparnir velja að nýta að auki, t.d. 360° mat, styrkleikamat og markþjálfun inni í fyrirtæki, bæði einstaklings- og teymisþjálfun.

Í lokin kynna nemendur sínar tillögur til endurbóta, bæði til þess teymis sem þeir hafa unnið með og einnig fyrir samnemendum og kennurum ásamt því að skila inn skýrslu sem inniheldur bæði framvindu og niðurstöður verkefnisins eins og lýs er hér að framan..



## TANKURINN

### Fullkomið kennslukerfi Profectus:

Allir nemendur fá aðgang að sérsníðuðu kennslukerfi Profectus í heilt ár eftir að námi þeirra lýkur. Í kerfinu hafa þeir aðgang að námsgögnum, verkefnum og öðru stuðningsefni svo sem kennslumyndböndum, fag- og fræðigreinum ásamt öllum verkefnum sem tengjast markþjálfanáminu. Þar geta þeir einnig komið á og viðhaldið sambandi við núverandi og fyrrverandi nemendur Profectus, bæði héraendis og erlendis.

## Ertu langt síðan síðast?

### Ertu að koma aftur til leiks eftir langa hvíld?

Það er ekkert til að hafa áhyggjur af því þeir sem skrá sig í framhaldsnámið fá um leið aðgang að öllu því efni sem kennt er í Grunnnáminu okkar. Þar eru í dag tæplega 70 kennslumyndbönd, allar glærurnar úr náminu, öll nýjustu verkefni og ótal margt fleira sem þú getur strax byrjað að skoða og vinna í til að koma þér í markþjálfagírinn á nýjan leik.



**TANKURINN**  
- fullur af fróðleik!

” Námið kemur til með að nýttast mér á svo marga vegu, bæði hvað varðar vinnu og einkalíf. Ég lærði á frábær verkfæri til að horfa á hlutina með öðrum hætti. Ég sé fyrir mér að nýta þetta til að efla liðsheild og innleiða nýja starfsmenn í teymið.

## Kennarar í náminu

Meira en 10.000 klst. reynsla ...  
Þeir kennarar sem skipta á milli sín kennslu í framhaldsnáminu:



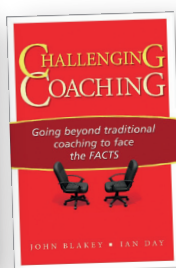
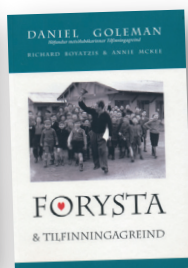
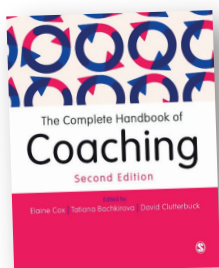
Þeir sem koma að kennslu í markþjálfanáminu eru í hóp reyndustu markþjálfara landsins og hafa allir virka ICF-færnivottun. Samanlagt hafa þeir meira en 10.000 klst. reynsla í markþjálfun og hafa unnið með fólki úr öllum lögum samfélagsins og fyrirtækjum bæði héraendis og víða erlendis. Í maí 2019 voru tíu PCC-færnivottaðir markþjálfarar á Íslandi. Fimm af þeim vinna fyrir Profectus. Einnig köllum við reglulega til kennslu aðra sérfræðinga þegar við teljum það auka dýpt námsins.

## Námsefnið og fleira sem þú færð í framhaldsnáminu

### Það sem þú færð

#### Námsgögn og annað sem er innifalið í verði námskeiðsins:

- 1 - Aðgang að **TANKINUM**, kennsluferfinu okkar - bæði að öllu efni sem tekið er fyrir í Grunnnáminu okkar og einnig öllu því sem fylgir framhaldsnáminu. Í **TANKINUM** er að finna öll verkefni sem tengjast náminu, kennslumyndbönd af öllu því sem kennt er í náminu auk mikið af áhugaverðum og nýtsamlegum upplýsingum sem gagnast nemendum á sínu ferðalagi. Þennan aðgang hafa nemendur í 12 mánuði eftir að náminu lýkur.  
(að verðmæti 17.880,-)
- 2 - Útprintaða vinnubók með þeim verkefnum sem unnin í tímum.
- 3 - Bókin **Hver ertu og hvað viltu?** eftir Ingvar Jónsson  
(að verðmæti 4.290,-)
- 4 - Bókin **Challenging Coaching** eftir John Blakey og Ian Day  
(að verðmæti 4.900,-)
- 5 - Bókin **The Complete Handbook of Coaching** eftir Elaine Cox, Tatiana Bachkirova og David Clutterbuck (að verðmæti 6.900,-)
- 6 - Bókin **Forysta og tilfinningagreind** eftir Daniel Goleman



- 7 - NBI-Réttindi (að verðmæti 165.000,-) og þitt eigið svæði á vefnum til að sýsla með og senda út NBI-greiningar og halda utan um þína viðskiptavini.  
Á meðan náminu stendur fá nemendur 10 greiningar sér að kostnaðarlausu til að læra og æfa sig.
- 8 - Tíu menntormarkþjálfunar tímar frá PCC-vottuðum markþjálfara (að verðmæti 89.000,-)
- 9 - Fjórar skriflegar endurgjafir á eigin framistöðu í markþjálfun
- 10- Gómsætar veitingar á meðan námskeiðinu stendur, kaffi, te og meðlæti ásamt súpu og heitum mat í hádeginu alla dagana.



#### Gagnlegar upplýsingar:

- ▶ Öll kennsla í staðarnáminu fer fram á sveitasetrinu og náttúruperlunni Hótel Kríunesi við Elliðavatn.  
Umhverfið og aðstaðan þar er algerlega í sérflokki og styður einstaklega vel við þann vöxt sem á sér stað í náminu.
- ▶ Í framhaldsnáminu er kennt alla daga frá 8:00-16 en ekki 9-16 eins og í Grunnnáminu. Við ætlumst til að nemendur mæti ávallt tímanlega og séu tilbúnir til verka stundvíslega kl. 8:00.
- ▶ Við höfum valið að vera leiðandi þegar kemur að þróun námsefnis, verkefna, nýrra verkfæra og skapandi leiða til að lyfta hugmyndafræði markþjálfunar á þann stall sem við teljum hana eiga heima.
- ▶ Nemendur fá öll námsgögn, þ.m.t. glósublöð og skriffæri og þurfa því ekkert að taka með sér nema þá helst:
  - góða skapið og opinn huga
  - hugrekki til að horfast í augu við sjálfan sig og vilja til að vaxa.
- ▶ Við höfum alltaf lagt metnað í að viðhalda og þróa námið hjá okkur þannig að við séum ávallt í fremstu röð meðal jafningja og að kenna það nýjasta sem þekkest í markþjálfafaheiminum í dag.

... hafðu endilega samband ef eitthvað er ennþá óljóst!



Profectus ehf. - Sími: 565 9111  
www.profectus.is - info@profectus.is