

STRESSCOACH

BLIV CERTIFICERET STRESSCOACH

**Stresscoachuddannelse for professionelle,
der arbejder med rådgivning, coaching og
behandling af stress.**



MATZAU ERHVERVSPSYKOLOGER

– Hvor psykologi, bevidsthed og forretning mødes



STRESSCOACH

APRIL - OKTOBER 2015

**For professionelle, der arbejder med rådgivning,
coaching og behandling af stress.**

Ved Matzau Erhvervspsykologer
Nørrebrogade 26, 4. tv.
DK-2200 København N

WWW.MATZAU.DK

STRESSCOACH

Bliv uddannet i stress coaching på danmarks eneste uddannelse baseret på coachen som ekspert, krisevejleder og rådgiver.

BRÆNDER DU FOR AT HJÆLPE kunder og medarbejder med et af nutidens største problemer, nemlig stress? Så er dette uddannelsen for dig. Bliv uddannet og certificeret af Majken Matzau i Stresscoaching.

MÅLET FOR UDDANNELSEN er at uddanne skarpe, specialiserede, bevidste og erfarne professionelle, der i praktisering af stresscoaching kan hjælpe virksomheder med at nedbringe stress i deres organisation, samt hjælpe stressramte medarbejdere nænsomt og effektivt tilbage i arbejdet.

STRESS COACHING er en unik uddannelse og er den eneste af sin slags i Danmark. Uddannelsen retter sig mod at uddanne den professionelle i at arbejde i grænsfeltet mellem ekspertrollen og coachrollen, og således kunne varetage den samlede proces fra kriserådgivning og evt. sygemelding, opbygning, erkendelse samt indslusning af alvorligt stressede kunder.

UDDANNELSEN HENVENDER SIG til professionelle, der arbejder med rådgivning, coaching og behandling af stress. Uddannelsen varetages af Majken Matzau og er således rettet mod coaches, konsulenter og andre professionelle, der ønsker at udvikle deres faglige ekspertise til at adressere og afhjælpe alvorlig stress hos deres kunder.

GENNEM UDDANNELSEN i stresscoaching hos Matzau Erhvervspsykologer erhverver du og din virksomhed en unik proces og metode, udviklet af erhvervspsykolog Majken Matzau, der sikrer kunderne den absolut optimale ekspertise på stressområdet. På baggrund af ->

uddannelsens og metodens særlige avancerede niveau og specialisering får du og din virksomhed et unikt kvalitetsstempel, der er adgangsgivende til at arbejde med alvorlig stress på såvel det erhvervspsykologiske som det personlighedspsykologiske plan.

MÅLET FOR EN STRESSCOACH er ikke blot at fungere som leverandør af stresscoaching, men ligeledes at kunne agere som professionelle sparingspartner og rådgiver for HR funktionerne, ledelsesfunktionerne samt de øvrige involverede parter. Som Stresscoach bliver du derfor trænet i at arbejde med stressproblematikker på et erhvervspsykologisk og organisatorisk plan, og du lærer her at forankre stresscoachingarbejdet i kundens interne organisation.

SOM STRESSCOACH bliver du samtidig videreuddannet til at fungere som den stresseskspert, der udarbejder diagnoser, prognoser og handleplaner for klienten. Du bliver trænet i at rådgive omkring sygemelding, og du bliver klædt på til at bringe den stressramte kunde såvel som virksomheden igennem det totale forløb; krisefasen, opbygningsfasen, erkendelsesfasen og endelig indslusningsfasen på jobbet.

SOM STRESSCOACH bliver du således uddannet i at veksle mellem ekspertrollen, vejlederrollen samt coachrollen. Du bliver trænet i at rådgive og coache omkring komplekse stresssituationer i kundens ydre liv, såvel som i kundens indre, psykologiske univers. Ydermere tilegnes du avancerede, meditative metoder, der vil hjælpe den stressramte hjem til sin krop og sit selv.

KURSETS INDHOLD

MODUL 1

9. - 10. april 2015

Indføring i stressforskningen og det erhvervspsykologiske perspektiv

- Definitioner på stress – biokemisk såvel som psykologisk
- Statistikker og fordelinger
- Symptomer og signaler
- Situationer og faktorer som skaber stress
- Den erhvervspsykologiske kontekst
- Ledelsesopgaven

MODUL 2

7. - 8. maj 2015

Stresscoachen som Kriserådgiver og Stressekspert

- Håndtering af mennesker i krise
- Diagnosticering ifht. sygemelding
- Vejledning og rådgivning ifht. sygemelding
- Kontakt og samarbejde med HR
- Stress i en erhvervspsykologisk kontekst
- Stress i en ledelsesmæssig kontekst
- Etik i rollen

MODUL 3

25. - 26. juni 2015

Stresscoachen som Vejleder

- Opfølgning på rammer og aftaler
- At være vejleder gennem krise og sygemelding
- At bringe kunde hjem til Nuet
- At bringe kunden hjem til sin krop
- At lære kunden at rumme en følelse
- At skabe håb og retning

MODUL 4

13. - 14. august 2015

Stresscoaching i personlighedspsykologisk perspektiv

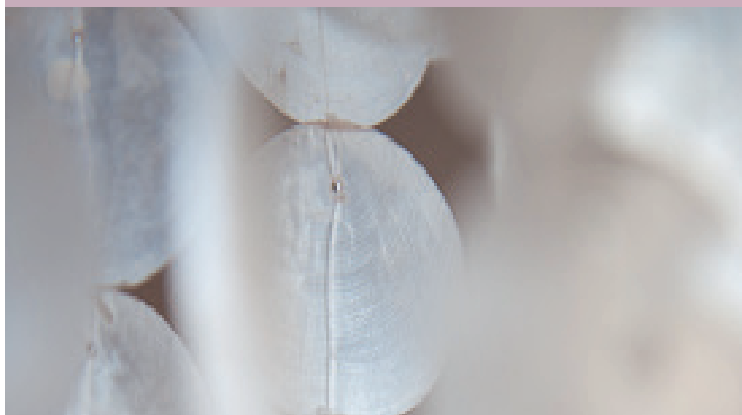
- Bevidsthedens strukturer
- Sindet – og overbevisningernes kraft
- Angst- og utilstrækkelighedsfølelse
- Selvværd – selvtillid og værdighed
- Centrering i Selvet
- At finde sin indre stemme igen
- At kunne sige fra og sætte grænser

MODUL 5

30. sep. - 2. oktober 2015

Stresscoachen som Coach & Certificering

- Den gradvise åbning for nye muligheder
- At hjælpe personen til at tage ansvar
- At genskabe kontakten til selvet – krop og sjæl
- Identifikation af personlige grundantagelser som skaber stress
- At etablere nye og sundere grundantagelser
- At støtte nye livsvalg og beslutninger
- Overføring af det fulde ansvar til kunden
- Indslusning på jobbet
- Rådgivning af HR
- Udfasning af coachen



PRAKTISKE OPLYSNINGER

FORM: Uddannelsen veksler mellem teoretiske oplæg, træning, øvelser og gruppesupervision. Uddannelsen stiller krav om ansvarlighed, indlevelse samt erfaring til deltageren.

HVEM: Konsulenter, coaches, HR-professionelle og ledere.

HVORNÅR: 4 x 2 dages moduler samt 1 x 3 dages modul fra kl. 10-17 med opstart den 9. - 10. april 2015.

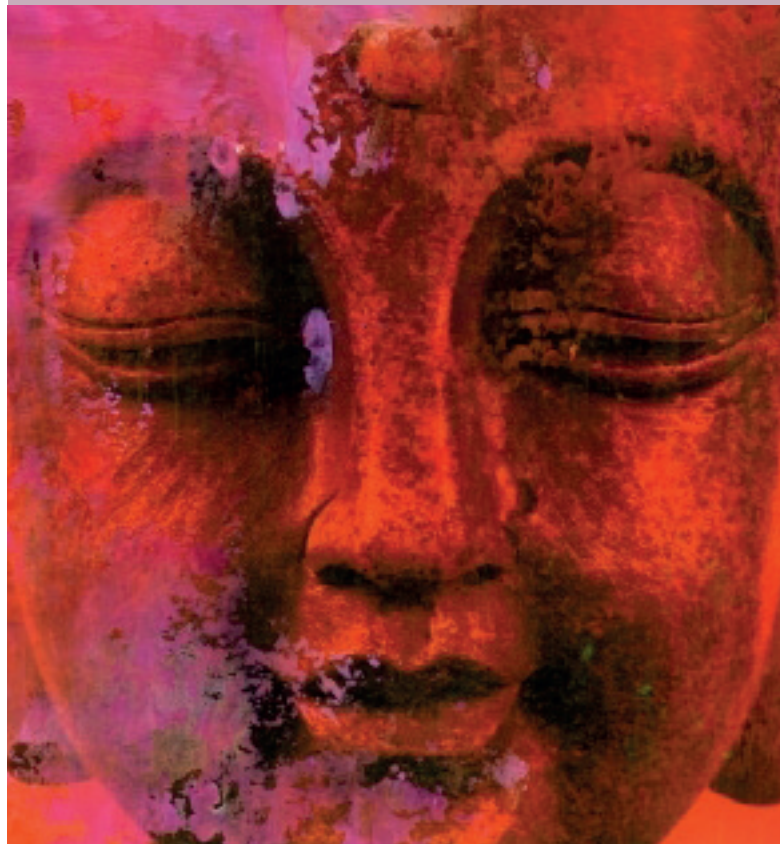
HVOR: Matzau Erhvervspsykologer, Nørrebrogade 26, 4. tv. - 2200 København N

PRIS: 39.000 kr. inkl. materialer og forplejning, ekskl. moms.

TILMELDING: www.matzau.dk

TIDLIGERE KURSISTER UDTALER

“Jeg har deltaget i mange kurser og uddannelser, og jeg må sige dig en stor TAK for det mest inspirerende, engagerende og holistiske jeg har deltaget i. At få nye perspektiver til mit arbejde har altid været vigtigt for mig uanset, hvad jeg har lavet, og dette kursus/uddannelse har bare været i top. Jeg kan misunde dig din energi, når du fortæller – ville ønske jeg havde den samme”
Gertrud Rostgaard, konsulent og coach



“God dynamik på holdet med plads til at vokse. Deltagernes forskellige faglige baggrunde og forskellige roller i forhold til stresscoaching har været lærerig. Underviserens grundige faglige viden og erfaring samt evner for at gøre det levende og nærværende – og gøre det komplicerede enkelt – uden at gøre det forenklet”

Nanna Storm, socialrådgiver og coach

“Perfekt balance mellem teorioplæg, øvelser, refleksion og meditation”
Tina Hein, adm. direktør

KURSUSLEDER MAJKEN MATZAU



MAJKEN MATZAU (1969) er en af landets førende erhvervspsykologer med over 15 års erfaring i stressbehandling. Hun er indehaver af Matzau Erhvervspsykologer og har gennem en årrække selv uddannet konsulenter, ledere og behandlere på sine egne coachinguddannelser. Hun er desuden en efterspurgt underviser, forfatter og foredragsholder med speciale i ledelse, stress, meditation og coaching.

Majken er uddannet psykolog fra Københavns Universitet, autoriseret af Dansk Psykolognævn, og er endvidere uddannet civiløkonom fra Handels Højskolen i København. Hun har siden 1997 udført erhvervsrettet psykologarbejde og konsulentopgaver samt udviklet og ledet organisations og lederudviklingsprojekter for en lang række nationale og internationale virksomheder.

Majken er indehaver af virksomheden Matzau Erhvervspsykologer i København, som beskæftiger sig med coaching, ledelse, stress og organisationsudvikling.

PUBLIKATIONER OG FORFATTERSKAB

Majken er forfatter til bogen Rigtige mænd går også i sort (2014), Stressfri på tolv uger eller mer (2012) samt bogen Stresscoaching – Coaching i grænselandet, som udkom fra Børsens forlag i 2009.

Majken er endvidere forfatter til en lang række artikler for aviser, medier og fagtidsskrifter, som alle kan downloades på www.matzau.dk.

EKSPERTROLLE OG MEDIER

Majken fungerer som ekspert i stress og ledelse for landets førende medier bl. a. på DR, TV2, Berlingske Media, Børsen og JP.

