



FRAMHALDSNÁM Í MARKÞJÁLFUN

Undirstöðupjálfun fyrir efri vottunarstig
International Coach Federation

PCC, Professional Certified Coach
MCC, Master Certified Coach

Ágúst – Desember 2025
Á netinu og í Chateau Garreau,
í Cadillac, Frakklandi



Fyrir hverja

Markþjálfar sem hafa lokið að lágmarki við 60 klst undirstöðupjálfun fyrir ACC, Associated Certified Coach vottunarstig frá ICF og hafa veitt yfir 50 klst markþjálfun með ólíkum einstaklingum eða hópum. Námið er einnig fyrir stjórnendur sem nota markþjálfun í sínu starfi.

Umsóknarferli

Sótt er um framhaldsnámið skriflega. Eftir mat á skriflegum umsóknum gæti einnig verið óskað eftir verklegu mati umsækjandans. Hafðu samband í tölvupósti til þess að fá umsóknareyðublað á evolvia@evolvia.is

ÁHERSLUR

Skapandi aðferðir í markþjálfun

Sköpun er verkfæri sem vekur til vitundar. Markþjálfun er rými fyrir sköpun. Markþjálfinn lærir að nýta skapandi aðferðir til vitundarsköpunar.

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

Möguleikavídd

Möguleikavídd 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.

Markþjálfari er spegill fyrir innri skoðun

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 eflid.

Veisla fyrir skynfærin

Bordeaux er frægasta vínræktarhérað heims. Héraðið er afar fagurt og sjá má gamlar hallir, vinalæg þorp, víðáttumikla vínakra, gamla eikarskóga og stutt er á strönd Atlantshafsins.

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.

PCC viðmiðs þjálfun

Við notum skilgreiningar ICF fyrir PCC vottunarviðmið og erum með nákvæma kennslu í hæfnisþáttunum 8 til þess að öðlast færni á PCC stigi. Við notum upptökur af samtölum og gefum skýra og markvissa endurgjöf.

Þjálfun leiðbeinenda í gagnræðum

Gagnræður er fingerð nálgun í mannrækt. Gagnræður 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 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.

Château Garreau

Hlutverk umhverfisins. Hjartað í náminu er vikulöng dvöl í Château Garreau sem er gömul og falleg höll í Bordeaux héraði í Suður-Frakklandi.

Skipulag námsins

Grunnnámið og Evolvía Framhaldsnám í Markþjálfun innihalda samtals 128 ICF Accredited Coaching Education, Level 2. Evolvía Framhaldsnám innihalda samtals 64 klst. Þessi tímafjöldi uppfyllir saman með grunnnám skilyrði hærri vottunarstiga PCC.

Netkennsla

Námið hefst 31. júlí 2025 með vikulegum kennslustundum á netinu á fimmtudögum kl. 17:30 - 19:30.

Það eru tíu kennslustundir á netinu fram að Frakklandsför og 8 eftir að ferðinni er lokið. Síðasti tíminn er þann 4. desember 2025.

PCC viðmið

Í náminu eru grunnhæfnisþættir ICF krufnir fyrir PCC viðmiðshæfni og nemendur undirbúnir fyrir PCC vottunarferlið.

Mat á PCC hæfni

Hver nemandi fær einkatíma til þess að fínþússa hæfni sína í PCC grunnhæfnisþáttum ICF. Hver nemandi fær endurgjöf á upptökum út frá PCC viðmiðunum. Til að útskrifast þarf að standast 2 upptökur á PCC stíg.

Skrifleg endurgjöf

Nemendur æfa að gefa og taka á móti endurgjöf. Að auki fá nemendur skriflegar endurgjafir frá leiðbeinendum til þess að efla og styrkja markþjálfahæfni sína.



MCC markþjálfun

Nemendur fá aðgang að 10 upptökum af MCC markþjálfunarsamtölum til þess að auka þekkingu sína.

Upptökur

Upptökur af netkennslu eru opnar í heilt ár eftir að námi lýkur til þess að dýpka og auka við þekkingu og lærdóm.

Heimavinna

Mælt er með í hið minnsta 2-3 klst á viku fyrir æfingar og lærdóm.

Vikan í Château Garreau

Hjarta framhaldsnámsins á sér stað í Bordeaux héraði í suður Frakklandi á Château Garreau búgarðinum.

Dagsetning:

5.-12. október 2025



Komur

Við sækjum þig á flugvöllinn eða á lestarstöðina í Bordeaux þann 5. október.

Brottför

Við keyrum þig á flugvöllinn eða á lestarstöðina í Bordeaux þann 12. október.



Umsjón náms

Matilda Gregersdotter, MCC, Master Certified Coach, International Coach Federation, með aðstoð PCC vottaðra leiðbeinenda.

Innifalið

- ICF Accredited Coaching Education, Level 2.
- Kennara heldur virk MCC og PCC vottuðun.
- PCC grunnhæfnisþjálfun.
- Útskrift eftir 2 PCC stígs upptökur.
- MCC upptökur af markþjálfunarsamtölum.
- Námsefni, upptökur og aðgangur að lokaðri vefsíðu fyrir nemendur.
- Bókin, Sourcebook of Coach History eftir Vikki Brook.
- Þátttaka í ráðstefnum og upptökum á hljóðvörpum.
- Keyrsla til og frá flugvelli eða lestarstöð í Bordeaux og allur akstur á meðan á dvöl stendur.
- Gisting í tveggja manna herbergi á búgarðinum.
- Matur og léttvín í Bordeaux.
- Heimsóknir og vínsmökkun.
- Aðgangur í klifurgarð.
- Matur á veitingastöðum.

Ekki innifalið

- Flugmiðar og ferðakostnaður til og frá Bordeaux, Frakklandi.



Umsóknarferlið

1. Sendu tölvupóst á evolvia@evolvia.is með ósk um umsóknareyðublað. Fylltu út umsóknina og sendu tilbaka.

Við svörum öllum umsóknum við fyrsta tækifæri.

2. Við áskiljum okkur rétt til þess að óska eftir að umsækjandi sýni fram á markþjálfahæfni með markþjálfasamtali.

3. Þú færð slóð að greiðslusíðu eða upplýsingar um greiðslumöguleika þegar og ef umsókn þín er samþykkt.

4. Skráning er staðfest þegar greiðsla hefur verið samþykkt

Til hamingju með ákvörðunina!

Verð

Skráningargjald er kr. 50.000 (óendurkræft)

Heildarupphæð er kr. 579.000

Greiðslumöguleikar

15% Afsláttur er veittur af heildarupphæð þegar staðfestingargjald er greitt á meðan á kennslulotum stendur. Kr. 492.000

5% Afsláttur fyrir Evolvía Alumni. Kr. 550.000

5% Viðbótarafsláttur er veittur þegar nám greiðist að fullu einum mánuði áður en nám hefst.

Evolvía býður uppá raðgreiðslur.



www.evolvia.is

www.markthjalfanam.is

www.bordeaux-tourisme.com

www.cadillaccotesdebordeaux.com

