



INSTITUT FÜR BUSINESS COACHING & MENTALTRAINING

ZERTIFIKAT

Thomas Petersen

hat die Aus- und Weiterbildung am Institut für Business Coaching & Mentaltraining erfolgreich abgeschlossen. Die Ausbildung umfasste 1.410 Unterrichtseinheiten und fand im Zeitraum vom 16.05.2025 bis zum 15.02.2026 statt. Sie endete mit einer schriftlichen und praktischen Abschlussprüfung, die mit Erfolg bestanden wurde. Hiermit wird bestätigt, dass die oben genannte Person berechtigt ist, **den Titel**

**Trainer:in für Management und
Personalentwicklung**

zu führen.

Kiel, 20. Februar 2026

S. Mousavi

Leitung, Sara Mousavi



INHALTE

Folgende Inhalte wurden in der zugelassenen Aus- und Weiterbildung zum „Trainer:in für Management & Personalentwicklung“ absolviert:

Strategien der Neurolinguistik: Grundlagen & Modelle, Repräsentationssysteme (VAKOG), Körpersprache & Physiologie, Wahrnehmungspositionen (1-2-3), Ressourcenmanagement & Augenbewegungsmuster, Submodalitäten & logische Ebenen, Techniken zur Veränderung von Wahrnehmung & Glaubenssätzen, Sprachmuster & Kommunikation, Meta-Programme, Collapsing Anchors, Hintergründe & Ursprünge der Methoden, Core Transformation.

Ego States: Theoretische Grundlagen der Ego-Stat

Moderne Psychologie: Mapping des persönlichen Profils, Mapping der Glimmer und Trigger, Mapping regulierend wirkender Ressourcen, Anker der Sicherheit und Verbundenheit, Mottoziele Formulierung, Online ZRM Tool, Ressourcenpool aufbauen, Mobile und stationäre Anker, Mikro und Makrogeste, Situationstypen ABC und Umgang damit.

Prinzipien des Systemischen Coachings: Systemischer Ansatz Grundlagen, Coachingstruktur und Definition, Techniken des aktiven Zuhörens, Einstiegsfragen vor dem Coaching, Fragetechniken und Methoden während des Coachings, Die GROW-Methode, Teilarbeit mit inneren systemen , 6-Step-Reframing, Glaubenssätze, Timeline, Das Mentoren-Modell, Die Walt-Disney-Strategie.

Leadership & Selbstführung aus der Zukunft: Repeating questions: Wer bin ich? Was ist meine Aufgabe?, Assoziationsübung mit Hilfe von Gemälde, Vier Ebenen des Hinhörens, Social Presencing Theater, Journaling zum höchsten zukünftigen Selbst, Generative Trance nach Stephen Gilligan, Case Clinic/Coaching Circle, 3D Mapping.

Effektive Kommunikation: Modelle der Persönlichkeitsanalyse BIG 3 und BIG 5, 6-Hut-Modell als Perspektivwechsel-Tool, Frageformen, um Gespräche zu steuern, Grundlagen der Transaktionsanalyse für persönliche Entwicklung, die Wirkung der nonverbalen Körpersprache, positiv kommunizieren lernen.

Teamführung & Agiles Management: Gewaltfreie Kommunikation, Servant Leadership, Golde Circle, Teambuilding Phasen, Belbin Teamrollen, Myers Briggs, Konfliktmanagement, Drama-Dreieck, System Team, Transaktionsanalyse im beruflichen Kontext.

Einmonatige praktische Tätigkeit / Rolle als Assistenz-Coach: Einsatz als Assistenz der Dozierenden in 1 Seminar und 1 Praxistraining, praktische Anwendung von Coaching-Werkzeugen für Einzel- und Gruppencoachings.