

# Weiterbildung zum Coach

24.10.2025 – 31.10.2026

Seit inzwischen mehr als einer Dekade bietet das Coaching und Assessment Center der Ländlichen Erwachsenenbildung in Niedersachsen e.V. die Weiterbildung zum Coach an.

Auch in diesem Jahr möchten wir allen Interessierten die Möglichkeit bieten, sich zum Coach ausbilden zu lassen, um Menschen in herausfordernden Situationen professionell begleiten zu können.

Nicht nur, aber besonders in Zeiten von wirtschaftlichen und politischen Unsicherheiten sowie des Krieges in der Ukraine sehen sich Menschen mit verschiedensten Herausforderungen und Veränderungen konfrontiert, die es zu bewältigen gilt. Die Anliegen können vielfältig sein – große persönliche oder berufliche Umbrüche, Neuorientierungen, Krisen, private oder berufliche Stress- und Konfliktsituationen, Beziehungsprobleme oder ein sonstiger Umgang mit individuell empfundenen Unsicherheiten.

## Was ist Coaching?

Als vertrauensvoller Partner begleitet ein Coach diese Menschen (Coachees) über einen zeitlich begrenzten Zeitraum und unterstützt sie darin, Ursachen für die eigenen Probleme zu erkennen und Lösungen für die Bewältigung der individuellen Herausforderungen zu erarbeiten. Berufliche und/oder private Entwicklungsprozesse sowie ein konstruktives, zielorientiertes Handeln werden mit Hilfe des Coaches gefördert. Vorhandene Stärken und Ressourcen werden aufgespürt, um diese nutzbar zu machen.

In der gemeinsamen Arbeit mit seinen Coachees fördert ein Coach zudem die Wahrnehmung, das Bewusstsein und die Eigenverantwortlichkeit der ratsuchenden Person.

## Welche Aufgaben hat ein Coach?

Die Einsatzfelder von Coaching sind vielfältig. Besonders im beruflichen Kontext findet Coaching zunehmend in der Management-, Organisations- und Personalentwicklung, in der Projektbegleitung sowie in Teamprozessen statt.

Doch auch in Hinblick auf die Entwicklung der eigenen Persönlichkeit steigt der Bedarf an Coaching zunehmend. So erfreuen sich verschiedenste Life-Coachings wie z.B. für ein gesundes Selbstbewusstsein, Coachings zur Entscheidungsfindung, zur individuellen Karriereplanung, zur glücklichen Partnerschaft oder für die Gesundheit immer größerer Beliebtheit.

## Wie arbeitet ein Coach?

Durch die Anwendung bestimmter Methoden, Techniken und Modelle unterstützt eine gelungene Coachingarbeit Menschen darin, Visionen für sich zu erarbeiten, Ziele zu erreichen, Beziehungen besser zu gestalten und im beruflichen als auch im persönlichen Kontext ein zufriedeneres, selbstbestimmteres und erfolgreicher Leben zu führen.

Diese Informationsmappe soll Menschen mit Interesse an der Weiterbildung zum Coach einen Überblick über die Ziele, Inhalte, Methodik und organisatorische Rahmenbedingungen vermitteln.

Wir freuen uns, wenn wir Ihr Interesse wecken können und stehen Ihnen bei Fragen gerne zur Verfügung.

Viel Spaß beim Lesen!  
Herzlichst,

*Nicole Mehra*

Nicole Mehra  
Coaching und Assessment Center



# Das Wichtigste auf einen Blick

„Was haben Sie davon?“

## Ziele der Weiterbildung

- Vermittlung eines fundierten Grundlagenwissens zu Coaching-Prozessen sowie Vertiefung der persönlichen, fachlichen und methodischen Kompetenzen
- Aufbau von Kenntnissen und Fähigkeiten, um als Coach erfolgreiche Gespräche zu führen und die erlernten Coachingelemente gezielt in der eigenen Beratungs-, Lehr-, Führungs- oder Leitungstätigkeit einzusetzen
- Aufbau eines Repertoires an Techniken und Methoden, um ihre Klienten als auch sich selbst ressourcen- und lösungsorientiert zu aktivieren
- Entwicklung einer individuellen, wertschätzenden und lösungsorientierten Grundhaltung sowie eines individuellen Coaching-Stils
- Reflexion der eigenen Stärken und Entwicklungspotentiale sowie Weiterentwicklung der eigenen (Selbst-) Führungsqualität, Beziehungsgestaltung, Selbstwahrnehmung und Selbstreflexion

Mit diesen Grundlagen begleiten Sie Prozesse und Orientierungsphasen bei Kunden und Klienten wirkungsvoll, fördernd und zielsicher.

### „An wen richtet sich die Weiterbildung?“ Zielgruppe

Die Coaching-Ausbildung richtet sich vorwiegend an Menschen, die künftig als Coach tätig werden möchten sowie an solche, die bereits beratend tätig sind und ihre Coaching-Kompetenzen ausbauen bzw. optimieren möchten. Aber auch allgemein Interessierte sind herzlich willkommen.

### „Was erwarten wir?“ Voraussetzungen

Wir laden Sie zu einem Vorgespräch ein, um die gegenseitigen Erwartungen und Möglichkeiten zu besprechen.

Ein Hochschulabschluss ist wünschenswert, aber kein Muss.

„Welchen Abschluss erhalten Sie?“

## Zertifikat

Die erfolgreiche Teilnahme wird durch ein Trägerzertifikat bestätigt. Die Voraussetzungen dafür sind die regelmäßige Teilnahme an den Veranstaltungen (mind. 80%) sowie die Erstellung eines Reflexionsberichtes, welche vor dem Plenum und ausgewählten Lehrcoaches präsentiert wird. Eine wissenschaftliche Begleitung bei der Erstellung einer Abschlussarbeit ist möglich.

# Wie und womit wir arbeiten

Unsere (Lern-) Module bauen aufeinander auf und greifen so ineinander, dass sie einen Coachingprozess in einzelnen Schritten abbilden und eine vertiefte Auseinandersetzung möglich wird. So werden die Inhalte für die persönliche und berufliche Praxis nutzbar gemacht.

Als Teilnehmende\*r erarbeiten Sie mit Fachdozent\*Innen die jeweiligen Themenschwerpunkte, erfahren Basiswissen für professionelles Coaching und erproben parallel dazu geeignete Methoden. So lernen Sie praxisnah Arbeitsweisen sowie Resultate kennen und erleben gleichzeitig Ihren eigenen Umgang mit sich und anderen. Dabei können Sie sich das Handwerkszeug aneignen, welches für Sie und Ihr Arbeitsfeld passend ist.

Neben theoretischer Wissensvermittlung setzt die Coaching-Weiterbildung vor allem auf eine praktische Erprobung und Selbsterfahrung durch regelmäßige Arbeit in Kleingruppen, Intervision, Rollenspiele, Übungen und Feedbacks. Alle Übungen werden ausgewertet und reflektiert, um sie noch besser auf konkrete Situationen oder Herausforderungen transferieren zu können. Durch diese Art der Arbeit wird es möglich, dass die neu gewonnenen Kompetenzen der Teilnehmenden auf bestmögliche Weise in den persönlichen und beruflichen Alltag übertragen und integriert werden können. Weiter stellt Ihnen die LEB ein Online-Forum zur Verfügung, in dem Handouts und weitere Informationen geteilt werden können. Auch hier ist ein vertiefender Austausch innerhalb der Gruppe möglich.

Die Weiterbildung arbeitet schulenübergreifend und bedient sich dabei Erkenntnissen aus den Modellen der Individualpsychologie sowie der Transaktionsanalyse. Ebenso werden Methoden vorgestellt, die humanistischen Grundgedanken zugeordnet werden, wie der Gesprächstherapie, der Gestalttherapie, der Logotherapie und den systemtheoretischen Ansätzen. Die Lerntheorien basieren auf verhaltenstherapeutischen Grundlagen.

# Unser Qualitätsversprechen

Gut sortierte Handouts

Gezielte Reflexionsprozesse  
führen zum individuellen  
Coachingstil

Geeignete Methoden, Praxisbeispiele  
und passender theoretischer  
Ansatz für jede Coachingphase

Einbeziehung des beruflichen  
Kontextes oder der  
beruflichen Perspektive

Eigener Coachingfall oder  
eigenes Projekt als  
Abschlussarbeit möglich

Individuelles Abschlussfeedback  
im Einzelgespräch für jeden  
Teilnehmenden mit beruflicher  
Perspektiventwicklung

Langjährige Erfahrung  
und erfolgreiche Durchführung  
der Coaching-Weiterbildung  
und gut eingespieltes  
Dozent:innen-Team



Kontinuierliche Begleitung  
durch einen Weiterbildungscoach

Intervisionstreffen und  
Kleingruppenarbeit über die  
gesamte Ausbildungsdauer

Bereitstellung eines  
Online-Forums

# Organisatorisches

„Was müssen Sie planen?“

## Ablauf und Dauer

Die Weiterbildung beginnt am 24.10.2025 und endet am 31.10.2026. Die acht inhaltlichen Schwerpunkte sind auf zwölf Wochenenden verteilt.

Wir arbeiten jeweils freitags von 14:00 – 19:00 Uhr und samstags von 9:00 – 17:00 Uhr. An drei Wochenenden benötigen wir den Donnerstag und Freitag von 9:00 – 17:00 Uhr sowie den Samstag von 9:00 – 16:00 Uhr. Die Weiterbildungstermine sind wie folgt terminiert:

24.10. – 25.10.2025, 21.11. – 22.11.2025, 19.12. – 20.12.2025, 22.01. – 24.01.2026\*, 20.02. – 21.02.2026, 20.03. – 21.03.2026, 23.04. – 25.04.2026\*, 22.05. – 23.05.2026, 26.06. – 27.06.2026, 21.08. – 22.08.2026, 18.09. – 19.09.2026, 29.10. – 31.10.2026\*

\*Dies sind die Wochenendblöcke, die bereits donnerstags beginnen!

Insgesamt umfasst die Weiterbildung 201 Unterrichtsstunden. Die verschiedenen Themen erarbeiten Sie vertiefend in Arbeitsgruppen. Eine fachliche Begleitung wird zusätzlich geleistet.

### Kosten

Die gesamten Kosten für die Weiterbildung betragen 3.250,- €, diese beinhalten:

- Dozentenonorare
- Alle zusätzlichen Materialien
- Prüfungsgebühren
- Sämtliche Organisationskosten

Eine Ratenzahlung ist nach Absprache möglich.

### Veranstaltungsort

Die Weiterbildung findet im LEB Regionalbüro Weser-Ems/Nord statt:

Bahnhofstraße 18  
26160 Bad Zwischenahn

Sie erreichen uns vom Bahnhof in zwei Minuten. Autofahrern schicken wir gerne eine Wegbeschreibung zu. Auch eine gute und kostengünstige Unterkunft können wir Ihnen auf Wunsch nennen.

Während der gesamten Weiterbildung werden Sie mit Getränken und Snacks versorgt. Bei Bedarf können Sie sich in einem der nahegelegenen Restaurants am Zwischenahner Meer stärken.

# Inhalte der Ausbildung

## Kommunikation

**Wochenende 3**  
Kommunikation für Coaches, Aufbau einer vertrauensvollen Arbeitsbeziehung, Rolle der verbalen und nonverbalen Kommunikation

## Grundsteinlegung

**Wochenende 1 & 2**  
Überblick, Anforderungen, Kompetenzen, Erstkontakt gestalten, Feedback als Entwicklungsinstrument, Biografiearbeit, Ressourcenfeststellung

## Vom Problem zur Lösung

**Wochenende 4 & 5**  
Entwicklung von Visionen und Zielen, Zeit- und Ressourcenpläne, kreative und spezifische Techniken & Methoden, Förderung von Veränderungen

## Transfer gestalten

**Wochenende 9**  
Den Transfer wirkungsvoll unterstützen, Widerständen begegnen und mit Rückfällen umgehen lernen

## Bausteine & Tools

**Wochenende 6, 7 & 8**  
Der Methodenkoffer wird gepackt: Vertiefung und Erweiterung der Methoden

## Erfolge sichern

**Wochenende 10**  
Umsetzbarkeit der erarbeiteten Ziele, Controlling, Qualitätssicherung, Evaluation, Auswertung der eigenen Arbeit

## Leitbild

**Wochenende 11**  
Standortbestimmung und Ethik, die eigene Identität als Coach, Perspektiven

## Abschluss

**Wochenende 12**  
Gestaltung der Abschlussphase im Coaching, Abschlussrituale, Zukunftsausblick, Präsentation der Reflexionsberichte

# Veranstalter und Dozierende



Die Ländliche Erwachsenenbildung Niedersachsen e.V. (LEB) ist einer der führenden Erwachsenenbildungsträger im norddeutschen Raum.

Das LEB Coaching und Assessment Center bietet durch langjährige Erfahrungen in den Bereichen der Eignungsdiagnostik und der weiterführenden berufsintegrierenden Begleitung einen fachkundigen Ausgangspunkt für diese Weiterbildung.

Die Zusammenarbeit mit verschiedenen Landkreisen, der Agentur für Arbeit, der Universität Oldenburg, der Industrie- und Handelskammer sowie ortsansässigen Schulen und Betrieben stellt eine weitreichende Kenntnis sinnvoller Coachingthemen in Theorie und Praxis sicher. Die ausgewählten Dozentinnen und Dozenten sind renommiert, erfahren und verfügen über ein fundiertes Wissen im jeweiligen Coachingthema.

Auch in diesem Jahr begleiten uns einige unserer langjährigen Partner des bestehenden Dozententeams sowie themenbezogenen Gastdozenten aus ihrem jeweiligen Fachgebiet. Nachfolgend stellen wir Ihnen bereits ein paar Gesichter vor:



## **Nicole Mehra, B.A.**

Coaching und Assessment Center, LEB Bad Zwischenahn  
Fachliche Leitung der Coaching-Weiterbildung

- Selbständig, Nicole Mehra – Personal und Persönlichkeit, Wardenburg
- Individualpsychologische Beraterin (DGIP)
- Coach, Trainer
- Supervisorin



## **Bianca Kikillus**

Gesundheitspraxis Bianca Kikillus, Bad Zwischenahn

- Supervisorin, Coach
- Individualpsychologische Beraterin (DGIP)
- Heilpraktikerin
- Gesund & Aktiv Therapeutin



## **Elke Uldahl**

Mediatorin BM, Verfahrensbeistand, Wilhelmshaven

- Mediatorin BM
- Mediatorin in Strafsachen
- Fortbildnerin, u.a. mit Schwerpunkt Gewaltfreie Kommunikation

# Anmeldung

Wenn wir Ihr Interesse wecken konnten, dann freuen wir uns über Ihre Anmeldung. Bitte senden Sie diese schriftlich an:

LEB Coaching und Assessment Center  
Bahnhofstraße 18  
26160 Bad Zwischenahn  
Tel: +49 (0) 4403 - 98 478 23  
E-Mail: [zwischenahn@leb.de](mailto:zwischenahn@leb.de)

## Hiermit melde ich mich für die Weiterbildung zum Coach an:

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_ PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Geburtstag: \_\_\_\_\_

Telefon/Fax/Mail: \_\_\_\_\_

### Rechnungsadresse:

Firma: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_ PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Ort/Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

- Ich wünsche Ratenzahlung**
- Ja, ich möchte gerne Informationen zu weiteren Angeboten des LEB Coaching und Assessment Center per Mail erhalten**

Bitte melden Sie sich schriftlich per Brief oder Email an.  
Nach Eingang Ihrer Anmeldung bekommen Sie eine Bestätigung.  
Mit Anmeldung erkennen Sie unsere beigefügten allgemeinen Geschäftsbedingungen an.  
Bitte beachten Sie auch die Hinweise zum Datenschutz.



# Allgemeine Geschäftsbedingungen

## Allgemeine Geschäftsbedingungen:

### Teilnahme- und Zahlungsbedingungen für die LEB- Veranstaltungen

Zwischen der Teilnehmerin/ dem Teilnehmer und der LEB gelten für die Teilnahme an den Veranstaltungen die nachfolgenden Bedingungen:

#### I Anmeldung

Die Anmeldungen müssen schriftlich oder per Mail erfolgen und werden in der Reihenfolge ihres Einganges in unserem Büro berücksichtigt.

#### II Leistungsumfang der LEB

Die Leistungsbeschreibungen entnehmen Sie bitte der Weiterbildungsankündigung. Der in der Weiterbildungsankündigung aufgeführte Leistungsumfang wird eingehalten.

#### III Rechnungslegung

Der Rechnungsbetrag in Höhe von 3.250,-- € ist innerhalb von 7 Tagen auf das angegebene Konto zu überweisen. Die erste Rate in Höhe von 862,- € ist innerhalb von 7 Tagen nach Erhalt der Teilnahmebestätigung zu überweisen. Der Restbetrag wird in 12 Monatsraten mit jeweils 199,-- € bezahlt. Die Raten sind jeweils zum 15. eines Monats per Dauerauftrag zu überweisen.

#### IV Stornierung/Rücktritt

Die Stornierung der Anmeldung hat schriftlich zu erfolgen. Eine Stornierung ist bis 28 Tage vor Veranstaltungsbeginn kostenlos. Ein Rücktritt während der Weiterbildung entbindet nicht von der Zahlung der noch fälligen Teilnahmegebühren. Ein/e Ersatzteilnehmerin kann in Absprache mit der LEB benannt werden.

#### Bei Vollzahlung

Bei Bezahlung des Gesamtbetrages erfolgt bei der Stornierung bis zum 14. Tag vor Veranstaltungsbeginn eine Rückerstattung von 90% der Teilnahmegebühren. Bei späteren Absagen (ab dem 13. Tag vor Veranstaltungsbeginn) bzw. bei nicht Erscheinen erfolgt eine Rückerstattung von 80% der Teilnahmegebühr. Es gilt das Datum des Posteinganges bei der LEB Bad Zwischenahn.

#### Bei Ratenzahlung

Bei einer Stornierung bis zum 14. Tag vor Veranstaltungsbeginn werden 45% der 1. Rate der Teilnahmegebühren zurückerstattet. Bei späteren Absagen (ab dem 13. Tag vor Veranstaltungsbeginn) bzw. bei Nichterscheinen ist keine Rückerstattung der 1. Rate mehr möglich. Es gilt das Datum des Posteinganges bei der LEB Bad Zwischenahn. Bei Ratenzahlung ist für ausreichende Deckung bei Abbuchung zur Einlösung der Raten zu sorgen. Die Kosten für eine Nichteinlösung oder ungerechtfertigte Rückgabe und den Verzugschaden trägt der Teilnehmer. Die LEB ist berechtigt im Falle der Rückgabe zweier Ratenlastschriften, gleich aus welchem Grund, die Ratenzahlungsvereinbarung zu kündigen und die Rechtsforderung inkl. aller Zinsen und Gebühren, wie sie bei Erfüllung der Ratenvereinbarung anfallen würden, in einer Summe fällig zu stellen.

#### V Sonstiges

Liegen für eine Bildungsveranstaltung zu wenige Anmeldungen vor (Mindestteilnehmerzahl:9) oder kann aus anderen, von der LEB nicht zu vertretenden Gründen die Veranstaltung nicht durchgeführt werden, ist die LEB nicht zur Durchführung verpflichtet. Entrichtete TN-Gebühren werden bei Absage der Maßnahme erstattet. Bei einem von der LEB nicht zu vertretenden Abbruch einer Maßnahme erfolgt eine Erstattung anteilig. Soweit der Gesamtzuschnitt der Maßnahme nicht wesentlich beeinträchtigt wird, können Teilnehmer/innen wegen eines Dozenten- oder Raumwechsels, einer zeitlichen Verlegung oder einer Verschiebung im Ablaufplan weder vom Vertrag zurücktreten noch das Entgelt mindern. Durch die Anmeldung erklären Sie sich damit einverstanden, das Ihre persönlichen Daten von der LEB gespeichert und an die Dozenten der Veranstaltung weitergegeben werden. Die Daten werden nur zum Zwecke der Seminarabwicklung verwendet. Für Diebstähle, Verluste oder sonstige Schäden übernimmt die LEB keine Haftung. Dies gilt auch für eventuelle Vermögensschäden infolge Absage gemäß Ziffer V erster Absatz oder Abbruch der Maßnahme auf Grund höherer Gewalt.

Gerichtsstand ist Hannover



Sehr geehrte(r) Teilnehmer\*in,

die **Datenschutzgrundverordnung der EU (EU-DSGVO)** ist zum 25. Mai 2018 in Kraft getreten. Hiervon ist auch die Verarbeitung Ihrer Daten betroffen.

Ihre personenbezogenen Daten werden unter Beachtung des Bundesdatenschutzgesetzes und der EU-Datenschutzgrundverordnung zum Zwecke unserer internen Kursverwaltung elektronisch verarbeitet und gespeichert. Darüber hinaus sind wir berechtigt Ihre Daten zum Zweck der ordnungsgemäßen Durchführung von Maßnahmen, der Abrechnung und der Kontrolle, zum Nachweis der für das Projekt/die Maßnahme eingesetzten öffentlichen Mittel zu verarbeiten und falls erforderlich, auch an die fördernden Stellen zu übermitteln.

Eine Weitergabe an Dritte ohne Ihr Einverständnis erfolgt nicht. Verantwortliche Stelle im Sinne des Art. 24 DS-GVO ist die LEB in Niedersachsen e.V., Bernstraße 13, 30175 Hannover.  
**Hier einige Informationen zur neuen EU-Datenschutzgrundverordnung:**

- Wir dürfen Ihre Daten nur langfristig speichern und Ihnen aktuelle Projektangebote vorstellen, wenn Sie uns Ihre Einwilligung dazu geben (Art. 7 EU-DSGVO).
- Ihre Einwilligung kann in schriftlicher oder elektronischer Form erfolgen.
- Sie haben das Recht, Auskunft von uns zu bekommen, welche personenbezogenen Daten wir genau von Ihnen gespeichert haben.
- Gemäß Artikel 17 DSGVO können Sie jederzeit die Berichtigung, Löschung und Sperrung Ihrer personenbezogenen Daten verlangen.
- Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen (Art. 7 Absatz 3 EU-DSGVO).

Um weiter mit Ihnen in Kontakt bleiben zu können, ist es also zweckmäßig, dass wir Ihre Einwilligung zur Speicherung und Verwendung Ihrer Daten erhalten.

Hierzu bitten wir Sie, den nachstehenden vorbereiteten Einwilligungstext zu verwenden und uns eine entsprechende Einwilligung per Post oder Mail zurück zu senden.

Name, Vorname: \_\_\_\_\_  
Straße, Hausnummer: \_\_\_\_\_  
PLZ, Wohnort: \_\_\_\_\_  
E-Mailadresse: \_\_\_\_\_  
Telefon: \_\_\_\_\_  
Mobil: \_\_\_\_\_

Ich möchte gerne über Veranstaltung der Ländlichen Erwachsenenbildung in Niedersachsen (LEB) e.V. informiert werden und bin deshalb mit der Erfassung und Speicherung meiner Daten für den genannten Zweck einverstanden. Weitere Hinweise und Informationen zum Datenschutz finden Sie unter [www.leb.de](http://www.leb.de).

Ich bin einverstanden, dass u.a. zur Bildung von Fahrgemeinschaften im Vorfeld von Veranstaltungen Adresslisten mit Namen, Ortsangaben, Mailadressen sowie Telefonnummern an die Teilnehmer\*innen und Dozent\*innen ausgehändigt und verschickt werden. Diese Einverständniserklärungen können jederzeit komplett oder in Teilen widerrufen werden. Ein möglicher Widerspruch zu dieser Einverständniserklärung betrifft Veranstaltungen, die zeitlich danach stattfinden.

---

Datum, Ort und Unterschrift