



# LEGACY Teamcoach képzés

2024 - 2025

# A LEGACY-ról

---

Mindenki küldetéssel érkezik. A miénk az, hogy pozitív hatással legyünk másokra. Változékony, kihívást jelentő világban élünk, szinte minden mozog. Az egyetemes emberi értékek azonban változatlanok, mi ezekhez kapcsolódunk, amikor dolgozunk.

Hiszünk a partnerségben, a tisztességben, a szakmaiságban, a törődő odafordulásban, a transzparenciában. Ismerünk minden szektort, vezetőkkel, munkatársakkal, csapatokkal, szervezetekkel dolgozunk. Értjük az üzleti eredmények, számok és a megvalósult célok fontosságát. Ugyan akkor biztosak vagyunk abban, hogy a hosszútávú eredményességet csak emberközpontú, és az emberi értékeket szem előtt tartó közösségekkel, és kultúrában lehet létre hozni. Azért dolgozunk, hogy partnereink felismerjék ezt és képesek legyenek fenntartani egy egészséges egyensúlyt.



# Általános információk 1.

<b>A képzés célja, hogy a résztvevők képesek legyenek...</b>	önállóan megvalósítani egy teamcoaching folyamatot támogatni a csapatot megújulási képességük növekedésében valamint annak a célnak az elérésében, ami miatt létre jött az adott csapat, vagyis ami a küldetésük.
<b>A program...</b>	gyakorlatorientált tapasztalati tanuláson alapul tréning és coaching módszertannal fejleszt lehetőséget biztosít megfigyelt és visszajelzéssel támogatott terepgyakorlatra, valamint 5 óra szupervízióra szinkron és aszinkron elemeket is tartalmaz
<b>Képzésünk alapja</b>	Az International Coach Federation (ICF) team coaching kompetenciái Az ICF Etikai Kódexe A Legacy sok éves teamcoach és oktatói tapasztalata

# Általános információk 2.

## A képzés időzítése:

A képzést havonta, egy vagy kétnapos modulokban, magyar nyelven tartjuk.

## A képzést ajánljuk...

mindazoknak, akik hatással vannak, vagy hatni szeretnének csapatok életére, eredményeire  
vezetők, projekt vezetők  
agile coachok, scrum mesterek  
belső trénerek, coachok, facilitátorok  
egyéni coachok, akiket ambicionál a teamcoaching  
HR szakemberek

## A jelentkezés feltétele:

Elvégzett ICF akkreditált vagy más minimum 60 órás coachképzés  
Csapatokkal való munkatapasztalat  
Személyes interjún való részvétel  
A képzési díj minimum 30%-ának befizetése  
**A jelentkezés módja:** [iroda@legacy.hu](mailto:iroda@legacy.hu) e-mail címre küldött jelentkezéssel.

---

# Mit teszünk a program sikerességének érdekében?

---

Az ICF etikai kódexét és teamcoach kompetencia rendszerét használjuk és annak mentén is tanítunk.

Önismeretet és önreflexiót fejlesztünk verbális és nem verbális eszközökkel.

Amit tanítunk, azt csináljuk. Praktizáló szervezetfejlesztők, csoportvezetők és teamcoachok vagyunk.

15+ éves oktatói tapasztalattal rendelkezünk coachok, trénerek, teamcoachok fejlesztésében.

Gyakorló helyet biztosítunk, ahol megfigyelt, mentorált közegben zajlik az on-the-job tanulás.

Szupervízióval, mentoringgal, visszajelzéssel támogatjuk a résztvevők fejlődését.

Intervíziós csoportban is fejlődnek a résztvevők a két tréning termi alkalom között.





# Megszerezhető kompetenciák

A teamcoach kompetenciák részletesebb bontása megtalálható az ICF Magyar Tagozatának honlapján:

<https://www.coachingfederation.hu/icf-teamcoaching-kompetenciak/>

## A) Alapvetések

- Etikusan viselkedik
- Coaching szemléletben működik

## B) A kapcsolat közös alakítása az ügyféllel

- Megállapodásokat köt és azokat megtartja
- Elősegíti és fenntartja a bizalmat és biztonságot
- Tudatosan van jelen

## C) Hatékony kommunikáció

- Aktívan figyel/hallgat
- Előmozdítja a tudatosságot

## D) A tanulás és fejlődés elősegítése

- Elősegíti/facilitálja az ügyfél fejlődését

# Oktatók



**Márton Mónika**  
**(MCC)**

Executive coach, csoport- és teamcoach, szervezettefejlesztő.  
AZ ELTE és a Debreceni Egyetem külsős oktatója  
A LEGACY alapítója és vezetője.



**Fieder Ildikó**

Integrál személyiségfejlesztő tanácsadó  
Integrál önismereti flow csoportvezető  
Bodywork csoportvezető asszisztens jelölt



**Barnóczki Annamária**  
**(MCC, ACTC)**

Executive-, Team-, Mentor-coach  
Coaching supervisor

# Módszerek és óraszámok

- **Szinkron tanulás, szinkron tevékenység:**
  - 80 óra tantermi sajátélményű oktatás, képzés aminek 80%–a az ICF kompetenciáit és etikai kódexét tartalmazza
  - 14 óra on-the-job teamcoaching gyakorlat, shadowinggal és visszajelzéssel
  - 5 órányi teamcoaching szupervízió
- **Aszinkron tanulás és annak nyomonkövetése**
  - A tantermi oktatás kiegészül egyéb feladatokkal, melyeket két modul között végeznek el a résztvevők intervíziós kiscsoportokban, vagy önálló tananyag feldolgozás keretében, ami a következő tantermi képzés során megbeszélésre kerül. Összesen 14 óra.
  - Önreflexiós levél írás és elküldése az oktatóknak.
  - Haladási napló elkészítése a teamcoaching gyakorlatról, melyet a vizsgáig el kell küldenie a résztvevőnek
  - Szakirodalom feldolgozás és prezentáció a tantermi napokon
- **Vizsga**
  - A képzés vizsgával zárul. A vizsga 1 napot ölel fel, összesen 7 óra.
  - A TC gyakorlat bemutatása, prezentálása az ICF kompetenciák fényében.
  - A személyes fejlődésre való reflexió
  - A TC párral való team működésre való reflexió.



# A képzés felépítése

## Tantermi modulok (5 hónap)

- Gyakorlatorientált, teamcoach szakmai és önismereti modulokból áll.
- A résztvevők az ICF teamcoach kompetenciáit és az Etikai Kódex előírásait sajátítják el, valamint önismereti sajátélményben vesznek részt. **A 7 modul, összesen 80 óra.** A tantermi oktatás kiegészül házi feladatokkal, melyeket két modul között végeznek el a résztvevők (pl. Önreflexiós levelek írása, önálló vagy csoportos tananyag vagy szakirodalom feldolgozás és prezentálás). **Összesen minimum 14 óra**

## Gyakorlat (3 hónap)

- **Teamoach szakmai gyakorlaton** vesznek részt a résztvevők, melynek során egy teamcoaching folyamatot vezetnek párban, **14 órában.** A teamcoaching gyakorlat során shadowing támogatást és visszajelzést kapnak
- A folyamatról haladási naplót készítenek, melyet a vizsgáig eljuttatnak a képzés vezetőjéhez.
- A résztvevőket összesen **5 órányi teamcoaching szupervízióban** vesznek részt.

## Vizsga

- A képzés szóbeli vizsgával zárul. **A vizsga 1 napot ölel fel, összesen 7 óra.**
- A TC gyakorlat bemutatása, prezentálása az ICF kompetenciák fényében. A személyes fejlődésre való reflexió. A TC párral való team működésre való reflexió

# Módszertan

## Elmélet 30%

- A teamcoaching elmélet, modellek, eszközök
- ICF Etikai Kódex
- ICF teamcoach kompetenciák (részletes leírás az egyes modulok leírásánál található)

## Gyakorlat 70%

- A képzés csoportos formában történik, minimum 6, maximum 10 fővel, sok gyakorlással már a tréning termi modulok során is.
- Tanulókör, páros, triád gyakorlatok teszik lehetővé a szükséges készségek begyakorlását.
- A teamcoaching modellek, diagnosztikai eszközök, gyakorlatok esetén sajátélményt szereznek a résztvevők.
- Verbális és nonverbális elemeket tartalmazó önismereti eszközök segítségével tudatosítják a bizalom és közelség, valamint a tudatosan van jelen kompetenciákat. A saját élményű gyakorlatok támogatják a szerepidentitás megerősödését.
- A szervezetnél töltött gyakorlat, valamint a szupervízió biztosítja, hogy a résztvevők a képzés elvégzésével magabiztosan tudjanak teamcoaching folyamatokat vezetni.
- A teamcoaching folyamatról haladási naplót készítenek, mely tovább erősíti a szerephez szükséges tudatosságot, önreflexiót.

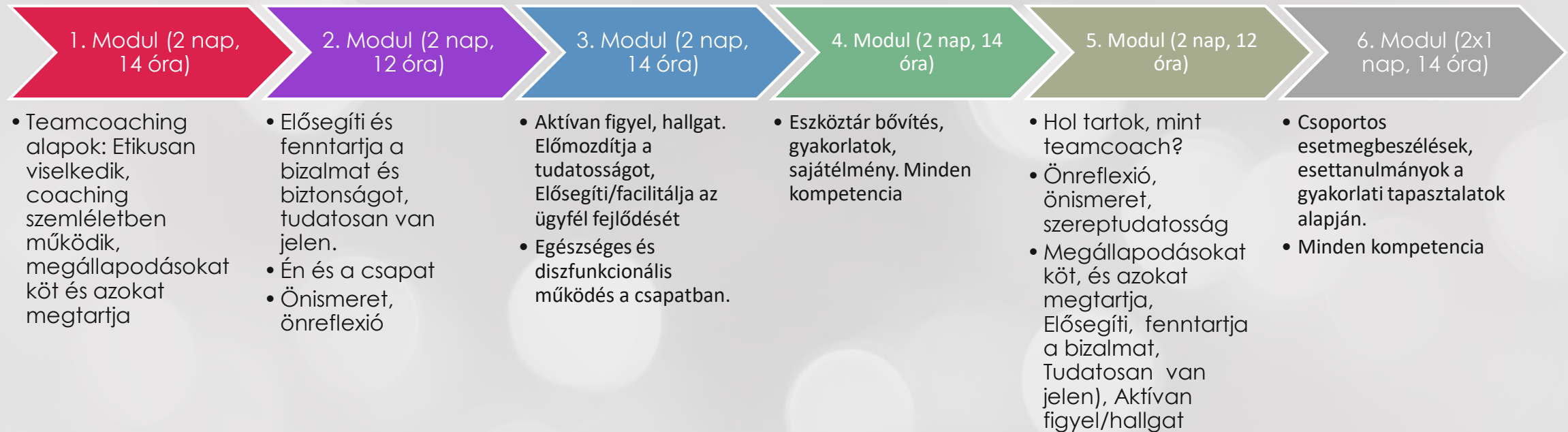
## Visszajelzés

- A résztvevők már a tréning termi alkalmakkor is szóbeli visszajelzést kapnak az MCC szintű oktatóktól és tanuló társaiktól. A szupervíziós alkalmakkor szupervízortól, hogy tudatosuljon a működésük az ICF teamcoach kompetenciák mentén. A terepgyakorlat során szóbeli és írásbeli visszajelzést kapnak az ICF TC kompetenciái mentén 2 alkalommal.

## Önismeret, önreflexió

- Saját fejlődésüket és önismeretüket mélyítendő a tréning termi modulok után önreflexiós levelet írnak. A gyakorlatok elvégzését minden esetben önreflexió követi. Kiemelt fókusza lesz ennek azokban a modulokban, ahol nonverbális eszközökkel is támogatjuk a résztvevőket. ( bodywork, dramatikus elemek, állításos módszerek) A vizsga kiemelt eleme az önreflexió és a TC párok együttműködésére való reflexió.

# Az egyes modulok célja, tartalma, időtartama



# 1. modul

## Teamcoaching alapok

---

Tanulócsoport megalakítása:

---

Csoporttagok bemutatkozása, képzéshez kapcsolódó információk megosztása

---

Pszichológiai biztonság a csoportban, megállapodások megkötése a csoportban

---

A teamcoaching meghatározása, társterületektől ( csapatépítés, csapat tréning, csapat tanácsadás, csapatmentorálás, facilitálás) való elhatárolása

---

ICF teamcoaching kompetenciák: az egyéni kompetenciák kiterjesztése teamre

---

A csoport és a csapat közti különbség

---

A teamcoaching helye, szerepe, mikor használjuk és mikor ne?

---

A teamcoaching folyamata

---

Teamcoaching mindset, teamcoaching - coaching kapcsolat

---

Megállapodás kötések a teamcoachingban: kivel, miről?

---


Hasznos kérdések a megállapodásokhoz

---

Gyakorlás

---

Tanuló csoportok kialakítása, önálló feladat feldolgozáshoz kapcsolódó feladatok megbeszélése



**A modul során tanított teamcoaching kompetenciák, az egyéni kompetenciák kiterjesztése csapatra:**

Alapvetések (Etikusan viselkedik, Coaching szemléletben működik),  
Megállapodásokat köt, és azokat megtartja

## 2. modul

Én és a csapat. Bizalom, biztonság a csapatban, tudatos jelenlét. Önismeret, önreflexió

Én és a csapat: önismeret fejlesztése saját élményű gyakorlatokon keresztül, verbális és nonverbális eszközök használatával, úgy mint bodywork, dramatikus eszközök és állítások.

---

Közelség, távolság a csapatban.

---

Bizalom, biztonság és én, mint teamcoach

---

Én, mint csapatvezető, én, mint csapat tag.

---

Csapatdinamikai jelenségek, saját élmény segítségével.

---

Itt és most-tal való munka. Külső és belső adatokkal való munka.

---

Önreflexió szerepe a teamcoaching folyamatban



### A modul során tanított coach kompetenciák:

A kapcsolat közös alakítása az ügyféllel  
(Elősegíti és fenntartja a bizalmat és biztonságot, Tudatosan van jelen)

# 3. modul

## Egészséges és diszfunkcionális működés a csapatban

---

Az egészséges csapatok jellemzői.

---

Csapatfejlődési fázisok és modellek.

---

Elakadások, intervenciók, és eszközök.

---

Jellemző elakadások beazonosítása

---

Csapatdinamikai jelenségek.

---

Diszfunkcionális paradigmák, mintázatok

---

Új viselkedésminták beintegrálása: gyors tanulási hurkok alkalmazása

---

Diagnózis a teamcoachingban.



**A modul során tanított coach kompetenciák:**

Hatékony kommunikáció (Aktívan figyel/hallgat, Előmozdítja a tudatosságot, Elősegíti/facilitálja az ügyfél fejlődését)

## 4. modul

# Eszköztárbővítés, gyakorlatok, sajátélmény

---

A gyors tanulási hurok módszere

---

Legacy team modell

---

Eszközök, gyakorlatok sajátélményű kipróbálása majd integrálása a gyakorlatba

---

Megoldás fókuszú megközelítés

---

Konfrontáció a teamcoachingban



### A modul során tanított coach kompetenciák:

Alapvetések (Etikusan viselkedik, Coaching szemléletben működik),

A kapcsolat közös alakítása az ügyféllel (Megállapodásokat köt, és azokat megtartja, Elősegíti és fenntartja a bizalmat, Tudatosan van jelen)

Hatékony kommunikáció (Aktívan figyel/hallgat, Előmozdítja a tudatosságot)

Tanulás és fejlődés elősegítése (Elősegíti/facilitálja az ügyfél fejlődését)

# 5. modul

## Hol tartok, mint teamcoach?

---

Önismereti továbblépések, verbális és nonverbális elemekkel.

---

Önismeret, önreflexió fejlesztése saját élményű gyakorlatokon keresztül verbális és nonverbális eszközök használatával, úgy mint bodywork, dramatikus eszközök és állítások

---

Én és a csapat – hol tartok most, hogyan tudom erősíteni a csapatokban?

---

Bizalom, biztonság és én, mint teamcoach - hol tartok most, hogyan tudom erősíteni a csapatokban?

---

Én és a teamcoach párom: reflexiók, tudatosítások, dinamikák

---

Szereptudatosság, szerepidentitás



### A modul során tanított coach kompetenciák:

Megállapodásokat köt, és azokat megtartja,  
Elősegíti és fenntartja a bizalmat, Tudatosan  
van jelen)

Hatékony kommunikáció: Aktívan  
figyel/hallgat



# 6. modul

## Esetfeldolgozások

---

Csoportos esetmegbeszélések, esettanulmányok a gyakorlati tapasztalatok és a páros munka alapján

---

A résztvevők a program ezen részén már elkezdik/benne vannak a terepgyakorlatokban, ami sok sikert, kérdést, dilemmát hozhat.

---


Ez a modul abban támogatja őket, hogy ezeket megosszák a tanuló csoportban és esetfeldolgozás, csoportos coaching módszerével előre lépjenek az elakadásaikban.

---

A dupla hurkos tanulási metodológia következményeként az esethozók példáiból hasznos tanulások lesznek a többiek számára is.

---

A csoportos coaching sajátélménye és tudatosítása tovább erősíti az ICF kompetenciákat, valamint az eszköztárat.



### A modul során tanított coach kompetenciák:

A kapcsolat közös alakítása az ügyféllel  
(Megállapodásokat köt, és azokat megtartja,  
Elősegíti és fenntartja a bizalmat, Tudatosan  
van jelen)

Hatékony kommunikáció (Aktívan  
figyel/hallgat, Előmozdítja a tudatosságot)

Tanulás és fejlődés  
elősegítése (Elősegíti/facilitálja az ügyfél  
fejlődését)

# Megfigyelések



## Tantermi keretek között

- Akvárium gyakorlatok, teamcoach eszközök gyakorlásakor a résztvevőket megfigyelésekkel és azok megosztásával támogatjuk.
- Megfigyeléseinket az ICF teamcoach kompetenciái mentén tesszük
- A tanulótársak szintén végeznek megfigyeléseket, mely során fejlődik a megfigyelő képességük, valamint a megfigyelések visszajelzésével mind ők, mint a megfigyelt tanuló társuk tanul.



## Gyakorlat alatt

- A teamcoaching gyakorlat során az oktató megfigyelőként/mentorként részt vesz a folyamatban.
- A teamcoach pároknak lehetőségük lesz a szünetekben egyeztetni vele.
- A teamcoaching során az oktató folyamatos megfigyelést tesz az ICF teamcoaching kompetenciái mentén.
- Megfigyeléseit az erre az alkalomra készített nyomtatványon rögzíti.
- A TC gyakorlat után a teamcoach pár reflektál saját működésére, egymásra és az együttműködésükre.
- A TC gyakorlat után visszajelzést kap a TC pár a kompetenciák mentén szóban és írásban egyénileg és mint TC csapat is.
- A folyamat végén az ügyfél írásos értékelést tölt ki a coachról.

# Értékelőlap

Kompetencia		Értékelés	Jegyzet
<u>A. ALAPVETÉSEK</u>	1. Etikusan viselkedik		
	2. Coaching szemléletben működik		
<u>B. A KAPCSOLAT KÖZÖS ALAKÍTÁSA AZ ÜGYFÉLLEL</u>	3. Megállapodásokat köt, és azokat megtartja		
	4. Elősegíti és fenntartja a bizalmat és biztonságot		
	5. Tudatosan van jelen		
<u>C. HATÉKONY KOMMUNIKÁCIÓ</u>	6. Aktívan hallgat/figyel		
	7. Előmozdítja a tudatosságot		
<u>D. TANULÁS ÉS FEJLŐDÉS ELŐSEGÍTÉSE</u>	8. Elősegíti/facilitálja az ügyfél fejlődését		

# Szakmai gyakorlat: praktikumok

- A szakmai gyakorlat célja a tanult készségek és kompetenciák alapján a szakmai tudás alkalmazási szintre fejlesztése.

## **A szakmai gyakorlat menete:**

- A résztvevők párban végzik a teamcoaching gyakorlatukat.
- Ügyfelet ( csapatot ) vagy a Legacy Kft vagy saját maguk biztosítanak. A csapat nem lehet család, baráti társaság, vagy saját csapat.
- A szakmai gyakorlat a következő intervenciókból áll:

## **Diagnózis, előkészítés**

- Interjú a vezetővel
- Interjú a csapattal vezető nélkül
- A TC pár feldolgozza az interjú során begyűjtött adatokat, információkat, valamint felkészül a vezetővel való egyeztetésre a folyamat célját és legfontosabb témáit illetően.

## **Megvalósítás:**

- Minimum 2, maximum 3 alkalommal dolgozik a TC pár a csapattal oktatói shadowing és visszajelzés mellett. Egy alkalom 4 óra.

## **Visszajelzés, lezárás:**

- A TC pár a folyamat végén a vezetővel egyeztet, értékeli, további akciókat fogalmaz meg és lezár.
- A szakmai gyakorlatot a 3. modul és a vizsga közötti időszakban kell teljesítenie a résztvevőknek.
- Javasolt az 1-3 hetente történő találkozás az ügyféllel, mely történhet személyesen, vagy online.
- A folyamat végén az ügyfél írásos értékelést tölt ki a TC –okról

# Shadowing, mentoring, szupervízió

- A TC gyakorlatot shadowinggal és mentoringgal támogatja a képzés oktatója.
- A gyakorlat után visszajelzést ad a TC-oknak szóban és írásban az ICF TC kompetenciái mentén.
- A program tartalmazza az 5 óra szupervíziót, melyet csoportos formában, az egyéni igényekre szabva vesznek igénybe a résztvevők. A szupervíziós ülések témáját minden esetben a résztvevők saját igénye határozza meg.
- A szupervíziót az ICF által kiképzett TC szupervízor végzi.
- A szupervíziós üléseken minden kompetencia megjelenik gyakorlati formában.



# Vizsgainformációk

## A vizgára bocsátás feltételei

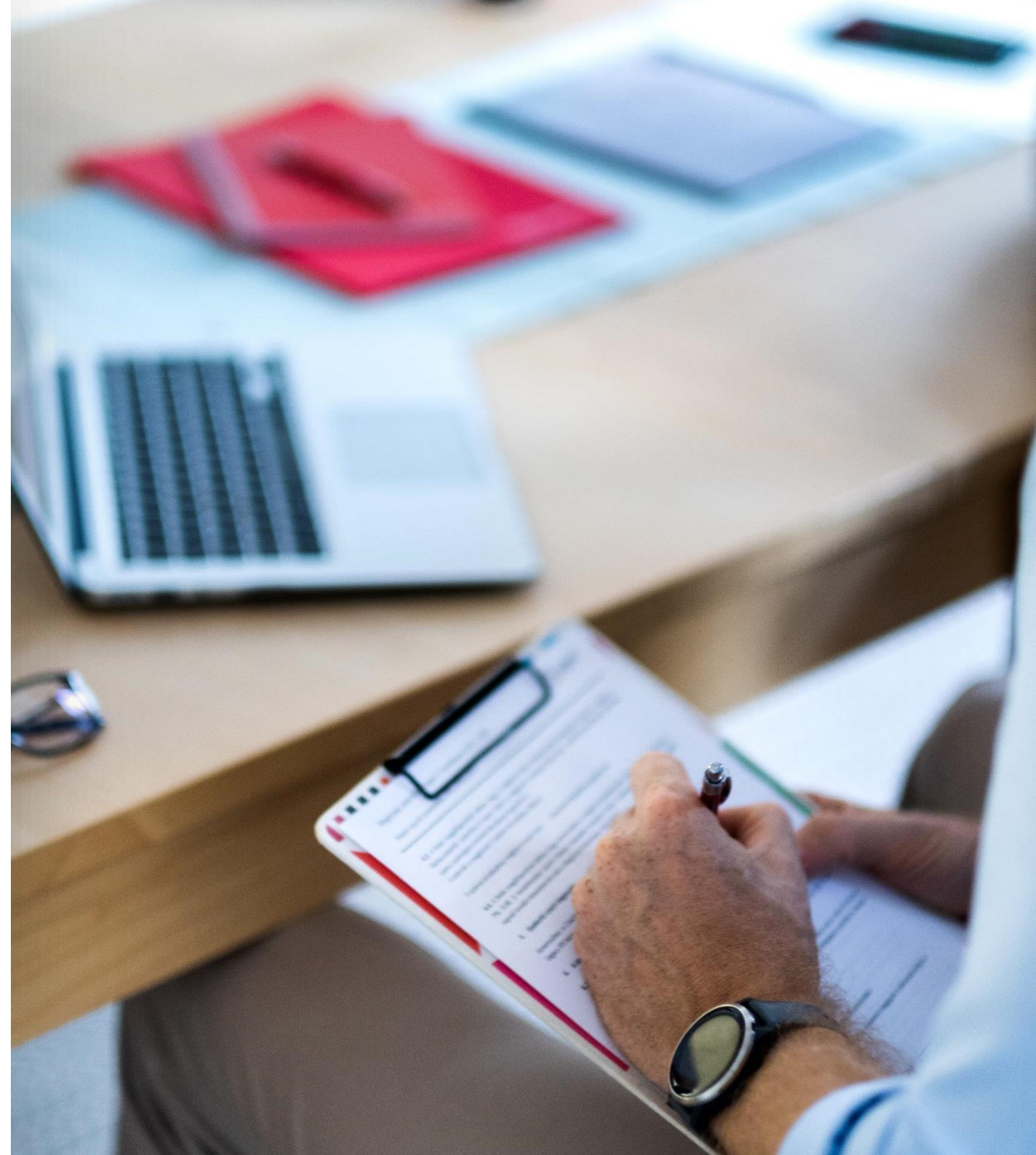
- Részt vett a tantermi órák legalább 75%-án.
- Részte vett az intervíziós csoportmunka legalább 80%-án.
- Részt vett az 5 óra szupervízión.
- A vizsgáig teamcoachként legalább 2 gyakorlatot, feladatot vezetett le a tanuló csoport számára.
- Elkészített és prezentált egy szakmai anyagot, szakirodalmat a csoport számára.
- Elvégezte a szakmai gyakorlatát, melyre szóban és írásban is visszajelzést kapott az oktatótól az ICF kompetenciái mentén.
- Megírt legalább 4 önreflexiós levelet.
- A teljes képzési díjat befizette.

## Vizsga

- 30 perces prezentáció, önreflexió a következő szempontok mentén:
- A gyakorló folyamat bemutatása esettanulmányként az ICF TC kompetenciái mentén.
- Önreflexió a személyes haladásról, tanulásokról.
- Reflexió a páros munkáról.

# Tanúsítvány

- A képzés elvégzéséről **Tanúsítványt** állítunk ki. **A tanúsítvány megszerzésének feltételei:**
- A résztvevő a vizsgára bocsátás feltételeinek megfelel,
- A vizsgán részt vett, magas minőségű szakmai és önreflexiós képességről tett tanúbizonyságot
- A folyamatát az ICF TC kompetenciái mentén képes volt értékelni
- A páros munkára magas szinten reflektált.
- A résztvevő a tanúsítvány megszerzésének feltételeinek eleget tett:
  
- Az értékelés alapjául szolgáló követelmények:
- <https://coachfederation.org/msr>
- Level 2 markerek:  
<http://www.coachfederation.hu/professional-certified-coach-pcc-markerek>



# Fizetési feltételek

## **A képzés összege:**

980 000 Ft + 27°ÁFA

## **Kedvezmények:**

Aktuális kedvezményeinkről a honlapon tájékozódhat.

Az egyes kedvezmények kizárólag a hozzájuk kapcsolódó feltételek és fizetési határidők betartása esetén érvényesíthetőek.

Egy időben csak egy kedvezmény vehető igénybe, azok össze nem vonhatóak.

## **Részletfizetési lehetőség:**

A képzésre jelentkezés feltétele a képzési díj legalább 30%-ának befizetése.

A fennmaradó összeg fizetése maximum 2 részletben történhet.

A vizsgára bocskátás feltétele a képzés teljes árának befizetése.

## **Szerződés:**

Legacy Kft a képzés megrendelőjével és kifizetőjével Megbízási szerződést köt.

## **Lemondás, visszalépés és visszafizetés feltételei:**

A jelentkezéshez szükséges minimum 30% befizetését a képzést indulását megelőző 1 hónappal van módunk visszafizetni. Ugyan ez igaz arra is, ha ennél nagyobb összeg lett befizetve. Ha a képzés előtt kevesebb mint 10 munkanappal történik a lemondás, nem jár visszatérítés. Az írásbeli lemondás azon a napon lép hatályba, amikor a lemondás beérkezik a Legacy Kft-hez. A visszatérítés a lemondás kézhezvételét követő 15 munkanapon belül történik.

---