# MAS Coaching, Resilienz und Supervision

## Professionalisieren Sie Ihre Beratungskompetenz

Ihre Ansprechperson
Daniela Alagna
E-Mail | +41 62 926 43 93


Starttermin


Facts
Inhalte & Abschluss
Zielpublikum
Dauer
Kosten & Zulassung
Karrierechancen
Echtes CAS erkennen
Wieso beim CZO?


Der Masterstudiengang qualifiziert Sie für ein **professionelles Beratungsprofil mit Kompetenzen in Coaching, Resilienz und Supervision**. Er ist vom Schweizer Berufsverband bso anerkannt.

**In diesem modularen MAS erlangen Sie ein tiefgreifendes Verständnis und spezialisierte Beratungsfähigkeiten für die Begleitung und Beratung von Personen, Teams und Organisationen.** Sie setzen sich mit Beziehungs- und Gruppendynamiken unter Berücksichtigung des persönlichen und beruflichen Umfelds auseinander, um Ressourcen zu stärken und Veränderungen wirksam anzustossen. Der MAS, bestehend aus drei CAS-Lehrgängen sowie dem abschliessenden Mastermodul, stärkt Ihre Coaching-Kompetenzen umfassend.

**Anerkannter Abschluss**
Mit **60 ECTS** ist der MAS Coaching, Resilienz und Supervision ein vollwertiger Hochschulabschluss nach dem European Credit Transfer System – und steht für eine **umfassende, professionell anerkannte Qualifikation**, die höchste fachliche Wirksamkeit ermöglicht und den Zugang zu anspruchsvollen Rollen, Mandaten und beruflicher Positionierung im Coaching- und Supervisionsfeld eröffnet.

**Kooperation / Ausbildungspartner**
Der MAS wird in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Zug (PH Zug) angeboten. Organisation und Durchführung des Mastermoduls sind in Verantwortung des Coachingzentrums und der PH Zug.

Ausbildungspartner ist der Berufsverband für Coaching, Supervision und Organisationsberatung (bso).

## Der Lehrgang besteht aus vier Modulen

Der Lehrgang besteht den drei flexibel absolvierbaren Lehrgängen CAS Coaching, CAS Resilienztraining und CAS Agile Teamcoaching und Supervision sowie dem abschliessenden Mastermodul.

| CAS Coaching | CAS Resilienztraining | CAS Agile Teamcoaching und Supervision | Mastermodul |
|---|---|---|---|
| 15 ECTS<br>15 Tage | 15 ECTS<br>16 Tage | 15 ECTS<br>16 Tage | 15 ECTS<br>20 Tage |

## Facts

| | |
|---|---|
| **Abschluss** | MAS |
| **Credits** | 60 ECTS |
| **Dauer** | 67 Tage \| rund 3,5 Jahre |
| **Kosten** | Mastermodul<br>Fachvertiefung und Fallvertiefung: CHF 8050<br>Wahlvertiefung: CHF 1450-1960<br>Zertifikatsgebühr: CHF 950 |
| **Ort** | Olten |
| **Hinweis** | Bei gleichzeitiger Buchung mehrerer CAS-Bausteine erhalten Sie einen Preisnachlass. |

## Inhalte und Abschluss des Lehrgangs

### CAS Coaching
**Fördern Sie Selbstwirksamkeit mit Coaching-Tools**

Das CAS befähigt Sie zur Begleitung von Menschen in Entwicklungs- und Veränderungsprozessen. Sie erlernen effektive Coaching-Methoden, entwickeln Ihr Coaching-Mindset und vertiefen Ihre Kompetenzen im digitalen Coaching oder im interkulturellen Kontext.

**Abschluss: CAS Coaching | 15 ECTS**

**Dauer: 15 Tage**

### CAS Resilienztraining
**Stärken Sie Mental Health und Widerstandskraft**

Steigende Komplexität und Arbeitsbelastung erhöhen Stress und Burnout-Risiken in Unternehmen. Als Resilienztrainer:in fördern Sie gezielt die mentale Gesundheit und Agilität von Einzelpersonen und Teams. Sie stärken nachhaltig die Widerstandskraft von Mitarbeitenden und Organisationen gegenüber beruflichen Herausforderungen.

**Abschluss: CAS Resilienztraining | 15 ECTS**

**Dauer: 16 Tage**

### CAS Agile Teamcoaching und Supervision
**Begleiten Sie Teams wirkungsvoll in einem dynamischen Umfeld**

Als Teamcoach und Supervisor:in fördern Sie nachhaltig Selbstverantwortung, Selbstorganisation und Entwicklung von Teams. Sie meistern komplexe Team-Herausforderungen, leiten professionell Teamcoachings und Supervisionen und begleiten Organisationen in Transformationsprozessen. Dabei unterstützen Sie Teams bei der Rollenklärung, Werteentwicklung und Stärkung des kollektiven Selbstverständnisses.

**Abschluss: CAS Agile Teamcoaching und Supervision | 15 ECTS**

**Dauer: 16 Tage**

# Mastermodul

**Professionalisieren Sie Ihre Beratungskompetenz**

Der BSO-anerkannte Masterstudiengang vermittelt Ihnen fundierte Kompetenzen für ein professionelles Beratungsprofil in den Bereichen Coaching, Resilienz und Supervision.

Im Rahmen der **Fachvertiefung** verfassen Sie eine praxisorientierte Masterarbeit auf wissenschaftlicher Grundlage und verbinden dabei Theorie und Anwendung auf hohem Niveau. Die **Fallvertiefung** bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Beratungskompetenzen gezielt weiterzuentwickeln und in Lehrsupervisionen zu professionalisieren.

Mit der **Wahlvertiefung** setzen Sie individuelle Akzente: Sie wählen aus unserem Seminarangebot vier Seminartage, die Ihren Interessen und beruflichen Schwerpunkten entsprechen. Die Kosten richten sich nach der gewählten Kombination der Seminare (z.B. vier eintägige oder zwei zweitägige Seminare etc.). Nach erfolgreichem Abschluss aller vier Module – bestehend aus drei CAS-Programmen und dem Mastermodul – erwerben Sie den Mastertitel.

**Abschluss: MAS Coaching, Resilienz und Supervision | 60 ECTS**

**Dauer: 20 Tage**

**Nach Absolvierung des Lehrgangs inklusive Kompetenznachweise verfügen Sie über diesen Abschluss:**

- MAS Coaching, Resilienz und Supervision | 60 ECTS (European Credit Transfer System)
- Supervisor-Coach bso (Möglichkeit zur bso-Mitgliedschaft)

Der Lehrgang wird vom internationalen Verband ICF (International Coaching Federation) für deren Zertifizierung berücksichtigt.

## Stimme aus dem Lehrgang MAS Coaching, Resilienz und Supervision

«Das MAS Coaching, Resilienz und Supervision war für mich eine bereichernde Erfahrung – sowohl beruflich als auch persönlich. Besonders geschätzt habe ich die praxisnahe Ausrichtung der Ausbildung, die es mir ermöglichte, das Gelernte direkt in meinem Berufsalltag anzuwenden. Die engagierte und professionelle Begleitung hat mich zusätzlich unterstützt und geprägt.»

**Ramona Gander**
MAS Coaching, Resilienz und Supervision
Betriebl. Mentorin mit eidg. FA

## Für wen eignet sich der Master-Lehrgang?

**Mit dieser Ausbildung können Sie Ihren Kundinnen und Kunden Folgendes bieten:**

- Nach Abschluss des MAS Coaching, Resilienz und Supervision verfügen Sie über fundiertes Fachwissen und praktisches Können, um Einzelpersonen, Teams und Organisationen professionell zu beraten und nachhaltig zu begleiten.
- Im Laufe des Master-Studienganges entwickeln Sie mithilfe von wirksamen Interventionstechniken eine umfassende Begleitungs- und Sozialkompetenz.
- Während der Ausbildung setzen Sie sich auch mit sich selbst vertieft auseinander und lernen sich besser kennen. Dadurch sind Sie sich Ihrer Persönlichkeit und Ihrer Beratungsrolle gleichermassen bewusst. Selbstreflexion und die Begleitung von Reflexionsprozessen bei Ihrer Kundschaft sind fester Bestandteil Ihres Repertoirs. Während Sie den Prozess leiten, sind Sie sich über Ihre Handlungen stets im Klaren und respektieren die Eigenverantwortung Ihrer Kundinnen und Kunden.

**Ihre Vorteile auf einen Blick:**

- Sie beraten Einzelpersonen, Teams und Gruppen sowie Organisationen in Entwicklungs- und Veränderungsprozessen kompetent und begleiten sie auf dem Weg zu ihren beruflichen Zielen.
- Sie verfügen sowohl über fundiertes Beratungswissen wie auch über einen breiten Fundus an wirksamen Interventionsmöglichkeiten. Sie wenden beides gezielt und adäquat an.
- Sie sind sich Ihrer Persönlichkeit sowie Ihrer Beratungsrolle bewusst. Sie sind fähig, sich selbst zu reflektieren sowie Reflexionsprozesse Ihrer Kundinnen und Kunden zu begleiten.
- Sie sind sich Ihrer Handlungen im Beratungsprozess bewusst und tragen dafür die volle Verantwortung. Sie leiten den Prozess. Gleichzeitig respektieren Sie die Eigenverantwortung Ihrer Kundinnen und Kunden und überlassen ihnen diese Verantwortung zur Lösungsfindung zu jedem Zeitpunkt der Zusammenarbeit.
- Sie verfügen am Ende der Weiterbildung über umfassende Beratungskompetenzen im Bereich Coaching und Supervision.
- Mit dem MAS-Abschluss können Sie bso-Mitglied werden.

**Die Ausbildung wendet sich an:**

- Coaches, Resilienztrainer:innen, betriebliche Mentor:innen
- Ausbildungsfachleute
- Erwachsenenbildner:innen
- Personal- und Organisationsentwickler:innen
- Unternehmensberater:innen
- Geschäftsführer:innen von KMU
- Führungskräfte
- Projektleiter:innen
- Stabsmitarbeitende
- HR-Verantwortliche
- Personalberater:innen
- Qualitätsverantwortliche

## Wie lange dauert der Master-Lehrgang?

Der MAS-Studiengang dauert **rund 3,5 Jahre**. Sie investieren 67 Ausbildungstage plus Zeit nach eigenem Bedarf für die Vor- und Nachbereitung der einzelnen Sequenzen sowie für die Kompetenznachweise.

## Was kostet der Master-Lehrgang?

**Investition:** Damit können Sie rechnen.

| | | |
|---|---|---|
| **CAS Coaching** | CHF | 9700 |
| **CAS Resilienztraining** | CHF | 9900 |
| **CAS Agile Teamcoaching und Supervision** | CHF | 9450 |

Bei gleichzeitiger Buchung mehrerer CAS-Bausteine erhalten Sie einen Preisnachlass.

| | | |
|---|---|---|
| **Mastermodul** | | |
| Fachvertiefung und Fallvertiefung | CHF | 8050 |
| Wahlvertiefung | CHF | 1450-1960 |
| **Zertifikatsgebühr**<br>Zertifikatsgebühr pro CAS und Mastermodul für die Beurteilung der Kompetenznachweise und die Ausstellung der Zertifikate | CHF | 950 |

In den Kosten inbegriffen sind sämtliche Lehrmittel.

## Voraussetzungen für den Lehrgang

Um den Studienabschluss MAS Coaching, Resilienz und Supervision zu erlangen, benötigen Sie einen Hochschulabschluss oder ein von der Schweizerischen Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektoren (EDK) anerkanntes Lehrdiplom.

**Äquivalenzprüfung**
Ein extern erworbenes und von der Studienleitung als äquivalentes beurteiltes CAS kann als Baustein für den MAS Coaching, Resilienz und Supervision anerkannt werden. Wenn Sie ein CAS in unserem MAS Coaching, Resilienz und Supervision anerkennen lassen möchten, füllen Sie bitte unser Formular aus und lassen Sie es uns per E-Mail oder Post zukommen. Wir prüfen diese Möglichkeit gerne für Sie. Kosten der Äquivalenzprüfung: CHF 550

**Zulassung «sur dossier»**
Wenn Sie nicht über einen Hochschulabschluss verfügen, können Sie dennoch zugelassen werden, sofern sich Ihre Teilnahmebefähigung aus einem anderen Nachweis ergibt – z.B. aus einer höheren Berufsbildung (FA, HFP, HF). Über die Aufnahme entscheidet im Einzelfall die Studienleitung. Sie können die Zulassung gerne bei uns abklären lassen.

## Welche Karrierechancen bietet der Master-Lehrgang?

Dieser einzigartige MAS Coaching, Resilienz und Supervision qualifiziert Sie für anspruchsvolle Tätigkeiten als Coach, Teamcoach, Resilienztrainer:in oder Supervisor:in sowie für leitende Rollen in HR, Organisations- und Führungskräfteentwicklung – intern in Organisationen oder selbstständig als professionelle:r Berater:in

**Entwicklung eines professionellen Beratungsprofils**
Mit dem MAS erwerben Sie umfassende fachliche, methodische und soziale Kompetenzen, um Einzelpersonen, Teams und Organisationen auf hohem Niveau zu beraten und zu begleiten.

**Ausbau und Vertiefung der Coaching-Expertise**
Der Master-Lehrgang vertieft Kompetenzen in Coaching, Resilienzförderung und Supervision. Sie lernen, komplexe Beratungsprozesse systematisch zu gestalten und wirksame Interventionen einzusetzen.

**Breite Einsatzmöglichkeiten im Arbeitsmarkt**
Absolvent:innen können sowohl intern in Unternehmen (z.B. HR, Organisationsentwicklung, Führungskräfteentwicklung) als auch extern als Coach, Resilienztrainer:in, Teamcoach oder Supervisor:in tätig werden. Diese Ausbildung macht Sie fit für leitende Rollen in Veränderungsprojekten, Change-Management-Prozessen oder personalentwicklerischen Mandaten.

**Erweiterung des eigenen Beratungsangebots und Selbstständigkeit**
Der MAS qualifiziert Sie dafür, eigenständig Beratungs- und Coachingdienstleistungen anzubieten – z.B. als externe:r Consultant, Supervisor:in, Coach oder Change-Begleiter:in in unterschiedlichsten Branchen.

**Eidgenössisch und international anerkannter Abschluss**
Mit 60 ECTS erwerben Sie einen akademischen Masterabschluss, der Ihnen Zugang zu Fachnetzwerken und weiterführenden Qualifikationen eröffnet. Eine Mitgliedschaft im Berufsverband bso ist möglich.

**Wissenschaftlich fundiertes Fundament für Zukunftsthemen**
Die vertiefte Auseinandersetzung mit Gruppendynamiken, Ressourcen, Reflexionsprozessen und Interventionsmethoden stärkt Ihre Expertise für anspruchsvolle Herausforderungen in dynamischen Arbeitswelten.

**Perspektive:** Der Lehrgang MAS Coaching, Resilienz und Supervision bietet einen hochqualifizierten Masterabschluss, der Sie befähigt, in komplexen Beratungs-, Coaching- und Führungsfeldern professionell zu arbeiten – intern in Organisationen, extern im Professional-Consulting-Umfeld oder im eigenen Beratungsportfolio. Der Master schafft zugleich eine solide Basis für weitere akademische oder vertiefende Karrierepfade.

## Welche Schwerpunkte werden im Master-Lehrgang gesetzt?

**Struktur mit Schwerpunktbausteinen**
Der Studiengang besteht aus drei CAS-Modulen und einem Mastermodul, die gemeinsam ein differenziertes Kompetenzprofil entwickeln:

**CAS Coaching**
- **Fokus:** Begleitung von Menschen in Entwicklungs- und Veränderungsprozessen
- **Ziel:** Erlernen effektiver Coaching-Methoden, Aufbau eines Coaching-Mindsets, Vertiefung in den Themen digitale bzw. interkulturelle Coaching-Kompetenzen

**CAS Resilienztraining**
- **Fokus:** Förderung mentaler Gesundheit & Widerstandskraft
- **Ziel:** Stärkung von Resilienz, Agilität und Stresskompetenz bei Einzelnen und Teams

**CAS Agile Teamcoaching & Supervision**
- **Fokus:** Team- und Organisationsentwicklung
- **Ziel:** Begleitung von Teams in dynamischen Kontexten, Förderung von Selbstverantwortung, Selbstorganisation, Rollenklärung und kollektiver Identität

**Mastermodul: wissenschaftliche und praktische Vertiefung**
Im abschliessenden Mastermodul stärken Sie:
- Ihre Beratungskompetenz auf hohem professionellem Niveau
- Ihre Fähigkeit, komplexe Praxisfälle wissenschaftlich-praxisorientiert zu bearbeiten (Masterarbeit)
- Ihr professionelles Profil für den Einsatz in unterschiedlichen Beratungssettings

**Zentrale methodische und persönliche Schwerpunkte**
Über die Module hinaus zielt der MAS darauf ab, dass Sie:
- fundiertes Fachwissen und wirksame Interventionstechniken erwerben
- Prozesse bewusst und verantwortungsvoll führen, während Sie gleichzeitig die Eigenverantwortung Ihrer Klient:innen stärken

**Praxisorientiertes Gesamtprofil**
Nach Abschluss:
- haben Sie ein breites Spektrum an Beratungs- und Coaching-Kompetenzen
- können Sie Personen, Teams und Organisationen in Veränderungs- und Entwicklungsprozessen professionell begleiten
- sind Sie in Coaching, Resilienzförderung und Supervision breit einsetzbar

## Welchen Nutzen haben die Teilnehmenden?

Absolvent:innen des MAS Coaching, Resilienz und Supervision entwickeln eine fundierte professionelle Beratungs- und Coachingkompetenz, die sie befähigt, Menschen, Teams und Organisationen wirksam durch Entwicklungs- und Veränderungsprozesse zu begleiten.

Sie erweitern ihr Methodenrepertoire, stärken ihre persönliche und soziale Kompetenz und gewinnen hohe Handlungssicherheit für die Praxis. Der anerkannte MAS-Abschluss eröffnet zusätzliche berufliche Perspektiven und unterstützt eine nachhaltige professionelle Positionierung.

**Wie wird sichergestellt, dass die im Lehrgang erlernten Fähigkeiten und Techniken in der Praxis angewendet werden können?**
Die Praxisanwendung ist ein zentrales Qualitätsmerkmal all unserer Lehrgänge. Durch konsequente Praxisnähe, Arbeit an realen Fällen, strukturierte Reflexion und begleitete Anwendung wird sichergestellt, dass die erlernten Fähigkeiten nicht nur verstanden, sondern nachhaltig im beruflichen Alltag umgesetzt werden können.

## Woran erkenne ich ein echtes CAS?

**Ein echtes CAS (Certificate of Advanced Studies) ist immer Bologna-konform und wird von oder in Zusammenarbeit mit einer anerkannten Hochschule angeboten** – typischerweise einer Pädagogischen Hochschule, einer Fachhochschule oder Universität.

Achten Sie zudem darauf, dass es keine irreführenden Abkürzungen sind, die zwar die Buchstaben C, A und S enthalten, die aber für etwas völlig anderes stehen. Solche Angebote sehen auf den ersten Blick offiziell aus, erfüllen jedoch nicht die Anforderungen eines Weiterbildungsabschlusses gemäss Hochschulstandard.

## Ausbildungsleitung

Sonja Kupferschmid

Karin Sidler

## Lehrcoaches und Trainer:innen

Unsere Lehrcoaches und Trainer:innen verfügen über fundierte Aus- und Weiterbildungen sowie langjährige Praxiserfahrung auf ihrem Fachgebiet.

Marion Alt

Esther Borra

Daniela Boxler

Johannes Breitschaft, PH Zug

Nicole Cipri

Marion Decker-Blanc

Roger Dettling, PH Zug

Cem Ece

Sabine Haldemann

Sabine Hänni

Frank Kraft

Sonja Kupferschmid

Yvonne Küttel

Ruth Lindenmann

Claudia Meierhans, PH Zug

Marianne Mischler, PH Zug

Simon Raeber

Karin Sidler

Andrea Szekeres-Haldimann

# Ihre Vorteile beim Coachingzentrum

**Ausbildung mit Substanz: anerkannt, fundiert, ethisch**
Die Betonung ethischer Grundsätze ist entscheidend im Coaching: Anerkannte Abschlüsse und eine wissenschaftlich fundierte Ausbildung sind für eine seriöse, glaubwürdige und vertrauensbildende Coaching-Tätigkeit unabdingbar.

Seit 25 Jahren bieten wir Beratungsausbildungen an und sind heute als Swiss Coaching Hub in den Bereichen Coaching, betriebliches Mentoring, Supervision und Resilienztraining tätig. Unsere Abschlüsse wie CAS, MAS, eidg. Fachausweis und eidg. Diplom sind vom Bund und international anerkannt. Wir arbeiten mit renommierten Ausbildungspartnern wie der Pädagogischen Hochschule Zug (PH Zug) oder dem Berufsverband für Coaching, Supervision und Organisationsberatung (bso) zusammen. Zudem ist das Coachingzentrum eduQua-zertifiziert. eduQua ist das Schweizer Qualitätslabel für Anbieter in der Weiterbildung. Es fördert Transparenz, Vergleichbarkeit und Qualität der Weiterbildungsangebote.

**Praxisnah und wirksam**
Unsere Ausbildungen sind konsequent auf die berufliche Praxis ausgerichtet. Reale Fallarbeit, Praxistransfers, Supervision sowie reflektierte Selbsterfahrung sorgen dafür, dass theoretisches Wissen nicht abstrakt bleibt, sondern im beruflichen Alltag wirksam wird. Teilnehmende entwickeln Sicherheit in ihrer Rolle und bauen Schritt für Schritt professionelle Handlungskompetenz auf.

**Lehrcoaches & Trainer:innen mit Fach- und Feldkompetenz**
Beim Coachingzentrum lehren erfahrene Fachpersonen, die selbst als Coaches, betriebliche Mentor:innen, Supervisor:innen oder Organisationsberater:innen tätig sind. Sie verbinden fundiertes Fachwissen mit langjähriger Praxiserfahrung und bringen aktuelle Fragestellungen aus Organisationen und Beratungskontexten in die Ausbildung ein. Dadurch bleiben die Inhalte realitätsnah, aktuell und anschlussfähig.

**Ausbildung mit Haltung und ethischer Verantwortung**
Neben Methoden und Modellen legen wir grossen Wert auf die Entwicklung einer reflektierten professionellen Haltung. Ethik, Selbstreflexion, Rollenbewusstsein und Verantwortlichkeit sind zentrale Bestandteile der Ausbildung. Diese Haltung bildet die Grundlage für glaubwürdiges, wirksames und nachhaltiges Coaching – insbesondere in komplexen und sensiblen Kontexten.

**Persönliche Begleitung und Lernen in kleinen Gruppen**
Unsere Lehrgänge zeichnen sich durch überschaubare Lerngruppen und eine enge persönliche Begleitung aus. Teilnehmende profitieren von individuellem Feedback, kontinuierlicher Unterstützung und einem Lernumfeld auf Augenhöhe. Die Verbindung von fachlicher Kompetenz und persönlicher Betreuung schafft Vertrauen und ermöglicht nachhaltige Entwicklungsprozesse.

**Anerkannt, anschlussfähig und zukunftsorientiert**
Unsere Abschlüsse sind national und international anerkannt und ermöglichen Anschluss an Verbände, Organisationen und weiterführende Qualifikationen. Das modulare Ausbildungssystem erlaubt eine flexible Weiterbildungsplanung und eröffnet langfristige berufliche Perspektiven – vom Einstieg bis zur vertieften Professionalisierung.

Find your purpose. Create your way.

## Stimme aus dem Lehrgang MAS Coaching, Resilienz und Supervision

«Dieser Lehrgang ermöglichte es mir, neue Schlüsselkompetenzen im Umgang mit der kulturellen Vielfalt anzueignen. Insbesondere die wissenschaftliche Arbeitsweise im Zusammenhang mit der MAS-Arbeit sorgte für Tiefgang.»

**Daniel Grob**
MAS Interkulturelles Coaching & Supervision
Betriebl. Mentor mit eidg. FA

## Weitere Informationen

Unsere regelmässig stattfindenden **digitalen Infoveranstaltungen** bieten Ihnen einen umfassenden Überblick über unsere Weiterbildungsangebote:
**coachingzentrum.ch/info**

Oder vereinbaren Sie einen Termin mit uns für ein **unverbindliches und kostenloses Beratungsgespräch**:
**coachingzentrum.ch/beratung oder 062 926 43 93**