

# lernwerkstatt

Lernen mit Begeisterung

# 2026



Inspirationen für  
Führung, Coaching  
und Mentoring

# Coaching- Mentoring-Event

[www.coaching-mentoring-event.ch](http://www.coaching-mentoring-event.ch)

# Coaching- Mentoring-Event



**Lernen, Erfahrungen austauschen und Spass haben:  
Stellen Sie am Coaching-Mentoring-Event 2026 aus  
32 Workshops Ihr persönliches Programm zusammen.  
Abwechslungsreiche Inputs und spannende  
Gespräche geben Ihnen neue Inspirationen für  
Führung, Coaching und Mentoring.**

**Dienstag, 20. und Mittwoch, 21. Januar 2026  
08.45 – 16.45 Uhr  
Kurs- und Seminarzentrum Sälihof, Olten**

## **Wer nimmt am Coaching-Mentoring-Event teil?**

Führungspersonen, Coaches, Mentoren/Mentorinnen, Berater/innen  
und an Führung, Coaching und Mentoring Interessierte

## **Wie läuft die Veranstaltung ab?**

Stellen Sie Ihr persönliches Programm zusammen.  
Wählen Sie jeweils aus den vier parallel stattfindenden  
Workshops Ihren bevorzugten aus. Die Pausen nutzen  
Sie für den Austausch und zum Knüpfen neuer Kontakte.

## **Wie hoch ist die Investition?**

1 Tag: CHF 380.– inkl. Verpflegung  
2 Tage: CHF 710.– inkl. Verpflegung

## **Welche Bestätigung erhalte ich?**

Sie erhalten eine Kursbestätigung und  
erfüllen somit die eduQua-Weiterbildungspflicht.

**CHF 50.-  
Frühbucherrabatt bis  
Ende oktober 2025**

## **Anmeldung:**

**[www.coaching-mentoring-event.ch](http://www.coaching-mentoring-event.ch)**



In den Workshops mit dem  
Label «Digital Training»  
lernen Sie, Coachingprozesse  
digital zu unterstützen.  
[www.digital-training.ch](http://www.digital-training.ch)



Die Workshops mit dem Label «TA»  
werden von Kursleitenden von TA Schweiz  
gestaltet. Lernen Sie Methoden und  
Theorien der Transaktionsanalyse kennen!  
[www.ta-schweiz.ch](http://www.ta-schweiz.ch)

# Impressionen

Lernen, Erfahrungen  
austauschen, Neues entdecken,  
Menschen kennenlernen,  
Kontakte knüpfen, lachen ...



# Workshop-Programm DI 20. Januar 2026

Inhalte und Anmeldung: [www.coaching-mentoring-event.ch](http://www.coaching-mentoring-event.ch)



| Zeit          | Workshop 1  | Workshop 2   | Workshop 3  | Workshop 4  |
|---------------|---|--|---|---|
| ab 08.00      | <b>Ankommen und Begrüssungskaffee</b>   |  |   |   |
| 08.45 – 09.15 | <b>Muntermacher – Wake-up Call</b>  |  |   |   |
| 09.15 – 10.30 | Nicole Borel <sup>A1</sup><br><b>Projektionen und Metaphern sprechen mehr als Worte</b>   | Doris Sager <sup>B1</sup><br><b>Erfolgreich zusammenarbeiten und führen mit «Psychologischer Sicherheit» im Team</b> | Anna Maria Enk <sup>C1</sup><br><b>Charisma – lernfördernd und lernbar?</b>   | Sabine Otth <sup>D1</sup><br><b>Neu</b>  <b>KI im Coaching – Möglichkeiten und Grenzen</b><br><i>(Bitte Laptop mitbringen)</i> |
| 10.30 – 11.00 | <b>Pause und Networking</b>   |  |   |   |
| 11.00 – 12.15 | Nicole Borel <sup>E1</sup><br><b>Die «Glückskurve» und das «Alternativ-Rad» – Zwei Coaching-Impulse zur glücklichen und positiven Gestaltung des Lebens</b> | Doris Sager <sup>F1</sup><br><b>Neu</b> <b>Mediation mit dem U-Prozess – Konflikte verstehen und lösen</b>           | Anna Maria Enk <sup>G1</sup><br><b>Neu</b> <b>Wenn die Muse die Lösung küsst – Lösungen finden mit kunstorientierter Supervision</b>        | Sabine Otth <sup>H1</sup><br><b>«Flourishing» – Interventionen aus der Positiven Psychologie zur Stärkung der psychischen Gesundheit</b>  |
| 12.15 – 13.30 | <b>Lunch vom Buffet und Networking</b>  |  |   |   |
| 13.30 – 14.45 | Nicole Borel <sup>I1</sup><br><b>Neu</b> <b>Was haben Pizza und Berner Rösti mit Entscheidungen zu tun? Das Impact-Tool von Martin Wehrle</b>               | Vanessa Bigler <sup>K1</sup><br><b>Selbstvertrauen stärken – Die Kraft des mentalen Trainings</b>                    | Roman Wallimann <sup>L1</sup><br><b>Neu</b> <b>Wollen ist gut – machen ist krasser! Transferstärke erhöhen durch mentales Kontrastieren</b> | Sabine Otth <sup>M1</sup><br><b>«Das Motivationskontinuum» – Interventionen der Positiven Psychologie zur Stärkung der intrinsischen Motivation</b>   |
| 14.45 – 15.15 | <b>Pause und Networking</b>   |  |   |   |
| 15.15 – 16.30 | Claudia Edelmann <sup>N1</sup><br><b>«Purpose-Venn-Diagramm» – ein Tool für deine berufliche Sinnfindung</b>  | Vanessa Bigler <sup>O1</sup><br><b>Coachings visuell unterstützen – Gekonnter Einsatz von Stift und Papier</b>       | Roman Wallimann <sup>P1</sup><br><b>Neu</b> <b>Entscheiden ohne Reue! Mit der Affektbilanz zu nachhaltig stimmigen Entscheidungen</b>       | Sabine Otth <sup>R1</sup><br><b>Wie ich «Flow-Momente» für mich und meine Kunden und Kundinnen generiere</b>  |
| 16.30 – 16.45 | <b>Abschluss, Verlosung und Geschenk</b>  |  |   |   |

# Workshop-Programm MI 21. Januar 2026

Inhalte und Anmeldung: [www.coaching-mentoring-event.ch](http://www.coaching-mentoring-event.ch)



| Zeit          | Workshop 1  | Workshop 2   | Workshop 3  | Workshop 4   |
|---------------|---|--|---|--|
| ab 08.00      | <b>Ankommen und Begrüssungskaffee</b>   |  |   |  |
| 08.45 – 09.15 | <b>Muntermacher – Wake-up Call</b>  |  |   |  |
| 09.15 – 10.30 | Eleonora Savides<br><b>NEU</b> <b>TA</b> <b>Psychologische Spiele unserer Klienten – und wie der Ausstieg gelingt</b> <b>A<sup>2</sup></b>                                      | Doris Sager<br><b>NEU</b> <b>B<sup>2</sup></b> <b>Selbstwert stärken – dein innerer Kompass zur Klarheit</b>                                   | Barbara Grütter <b>C<sup>2</sup></b><br><b>«Vermeidungshaltung» – Mit Hilfe der «Discounttabelle» ein Problembewusstsein entwickeln</b> | Sonja Schneiderbauer <b>D<sup>2</sup></b><br><b>NEU</b> <b>Coaching auf einen Blick – Tools einfach visualisiert</b>                           |
| 10.30 – 11.00 | <b>Pause und Networking</b>   |  |   |  |
| 11.00 – 12.15 | Alessandra Coduri-Scherrer und Reto Coduri <b>E<sup>2</sup></b><br><b>NEU</b> <b>Hilf mir, meine Situation besser zu verstehen</b><br><i>(Workshop mit Live-Visualisierung)</i> | Doris Sager <b>F<sup>2</sup></b><br><b>NEU</b> <b>Wahrnehmen, ordnen, handeln – Gestaltpsychologische Ansätze im Coaching</b>                  | Barbara Grütter <b>G<sup>2</sup></b><br><b>Aus dem Drama ins Gewinnerdreieck – Wege aus dem Rollenkarussell</b>                         | Sonja Schneiderbauer <b>H<sup>2</sup></b><br><b>NEU</b> <b>Social Media als Plattform für Coaches – Ihre Expertise digital sichtbar machen</b> |
| 12.15 – 13.30 | <b>Lunch vom Buffet und Networking</b>  |  |   |  |
| 13.30 – 14.45 | Stefan Kubli <b>I<sup>2</sup></b><br><b>NEU</b> <b>TA</b> <b>Kritische Stimmen im Kopf – wie bringe ich sie zum Schweigen?</b>  | Alessandra Coduri-Scherrer <b>K<sup>2</sup></b><br><b>Werte im Coaching sichtbar machen und neu erleben</b>                                    | Reto Coduri <b>L<sup>2</sup></b><br><b>NEU</b> <b>Der Weg als Bild zur Veränderung – Coachingprozesse als Landschaft visualisieren</b>  | Serge Grünwald <b>M<sup>2</sup></b><br><b>NEU</b> <b>Cleveres Selbstmarketing durch Digitalisierung</b>  |
| 14.45 – 15.15 | <b>Pause und Networking</b>   |  |   |  |
| 15.15 – 16.30 | Stefan Kubli <b>N<sup>2</sup></b><br><b>NEU</b> <b>TA</b> <b>Mit Bildern Zuwendung schenken – ein wirkungsvolles Motivations-Tool</b><br><i>(Bitte Smartphone mitbringen)</i>   | Alessandra Coduri-Scherrer <b>O<sup>2</sup></b><br><b>NEU</b> <b>Resonanz – Wenn Tempo zum Stressfaktor wird, ist Verlangsamung der Ausweg</b> | Reto Coduri <b>P<sup>2</sup></b><br><b>NEU</b> <b>Sketchnotes für Coaches – Einfache Symbole und Strukturen für Gespräche</b>           | Serge Grünwald <b>R<sup>2</sup></b><br><b>NEU</b> <b>Die Grundlagen der Emotionalen Intelligenz</b>  |
| 16.30 – 16.45 | <b>Abschluss, Verlosung und Geschenk</b>  |  |   |  |

# Weiterbildungen für Coaches und Mentoren/Mentorinnen

12-tägiger Coaching-Lehrgang  
[www.coach-werden.ch](http://www.coach-werden.ch)

Betriebl. Mentor/in FA  
[www.lernwerkstatt.ch/mentoring](http://www.lernwerkstatt.ch/mentoring)

Supervisor/in-Coach mit eidg. Diplom  
[www.lernwerkstatt.ch/supervisor-coach](http://www.lernwerkstatt.ch/supervisor-coach)

Dipl. Business Coach LWO  
[www.lernwerkstatt.ch/businesscoach](http://www.lernwerkstatt.ch/businesscoach)

Dipl. Job Coach LWO  
[www.lernwerkstatt.ch/jobcoach](http://www.lernwerkstatt.ch/jobcoach)

Kostenloses  
Beratungsgespräch  
Telefon 062 291 10 10  
[www.lernwerkstatt.ch/beratung](http://www.lernwerkstatt.ch/beratung)

## Coaching-Mentoring-Event

Inspirationen für Führung, Coaching und Mentoring

Lernwerkstatt Olten GmbH  
Riggenbachstrasse 8, 4600 Olten  
062 291 10 10  
[info@lernwerkstatt.ch](mailto:info@lernwerkstatt.ch)  
[www.lernwerkstatt.ch](http://www.lernwerkstatt.ch)

CHF 50.-  
Frühbucherrabatt bis  
Ende oktober 2025



[www.coaching-mentoring-event.ch](http://www.coaching-mentoring-event.ch)