



3Cs(Core Coaching Competencies)
I Basic

“짧은 시간에 삶을 변화시킬 수 있는 프로그램”

“3Cs는 코칭을 시작하는 사람,
이미 코칭을 하고 있는 사람 모두에게 도움이 되는 프로그램이다.”
“다른 프로그램과는 달리 3Cs를 통해서 할 수 있다는 자신감이 생겼다.”

“한국에서 가장 뛰어난 코칭 프로그램이다.”

“합리적인 가격, 합리적인 시간, 탁월한 코칭 입문 프로그램”

“코칭으로 세례 받고 간다”

“코칭의 바이블! 코칭의 6년 근 엑기스!
정말 좋은데 설명하기는 힘들고 일단 들어보시라!”

“코칭계 입문하는 사람에게 첫 단추를 잘 끼울 수 있도록 도와주는 프로그램”

“전문코치를 준비하는 사람 외에도
더 나은 삶을 살기 위해 들을 만한 가치가 있는 프로그램”

“코칭의 기본을 핵심만 요약해서 잘 전달해주는 실습위주의 교육”

“코칭을 시작할 때 넘어지는 두려움을 잊게 해주고 페달을 직접 밟게 해 주는 과정”

직업으로서 ‘전문코치’가 되고 싶으신가요?
전문코치의 대화 기술을 훈련받고 싶으신가요?
자신의 일에 ‘코칭’을 접목하여 발전시키고 싶으신가요?

그런 당신께 3Cs I Basic을 추천합니다.

■ 프로그램 장점

국내와 국외, 모두 인증된 전문코칭 프로그램입니다.

3Cs는 Core Coaching Competencies의 약자로 ICF(국제코치연맹)의 11가지 핵심역량을 기준으로 전문코치로서 갖춰야 하는 역량을 단계적, 체계적으로 습득하고 향상시키도록 디자인된 전문코칭 프로그램으로서 ICF의 인증(ACTP)을 취득한 세계적인 프로그램입니다. 동시에 (사)한국코치협회의 기본, 심화, 역량 프로그램으로서 국내코치자격 취득을 위해서도 체계적으로 실력을 쌓을 수 있도록 설계된 프로그램입니다.

이러한 3Cs는 5개의 워크숍(116시간)과 1개의 인증과정(40시간)으로 구성된 단계적이고 체계적인 전문코칭교육 프로그램(총156시간)입니다. 기업코칭과 개인코칭, 일대일코칭과 그룹코칭 역량을 동시에 쌓을 수 있을 뿐 아니라 코칭마케팅 노하우를 습득할 수 있는 유일한 프로그램입니다. ICF의 11가지 역량과 코칭 전체를 운영할 수 있는 프로세스 디자인도 다루고 있어 코치로서 Micro & Macro 시각을 다 갖출 수 있습니다. 또한 현재 3개 워크숍(Basic, Plus, Group Coaching)이 한국코치협회의 인증프로그램이며 나머지 2개 워크숍 (Process & Marketing, Coaching Technology)도 협회의 프로그램 인증 지원 중이므로 국제 & 국내 전문코치자격증 취득이 동시에 가능합니다.



■ 프로그램 장점(상세)

1. 국제코치연맹의 인증프로그램으로 국제 인증코치에 도전할 수 있습니다.

국제코치연맹의 ACTP 인증과정 중 첫 스텝으로 스타팅 과정입니다. 국제코치연맹(ICF)의 인증프로그램으로서 국제코치연맹 인증코치 지원 시 ACTP트랙으로 응시할 수 있습니다.

<ACTP인증이란?>

(1) Accredited Coaching Training Program의 약자로 코치육성을 위한 필수 내용과 높은 수준의 성과를 ICF가 인정하는 전문코치 육성프로그램 인증입니다. 3Cs는 5개의 워크숍(116시간)과 한 개의 인증과정(40시간)으로 총 156시간을 ACTP로 인증 받았습니다.

(2) ICF의 두 번째 전문코치자격인 PCC를 취득하기 위해서는 몇 가지 까다로운 요건을 갖춰야 하는데 ACTP를 수료할 경우 코칭실습시간 요건만 갖추면 실습시험 없이 간단한 서류제출로 PCC를 취득할 수 있습니다. ACTP 프로그램 자체에 코칭교육뿐만 아니라 멘토코칭, 옵저브드코칭, 실습시험이 있기 때문입니다. (단 온라인 필기시험은 ACC, PCC, MCC 취득을 위해서 꼭 한 번은 통과하여야 합니다).

(3) ACTP를 완전히 수료하지 않고 개별 프로그램을 60시간 이상 수료 시 ACC를 실습시험 없이 취득할 수 있으며 국제코치자격갱신을 위한 CCE 프로그램으로도 활용 가능합니다.



2. (사)한국코치협회의 인증프로그램(20시간)으로 국내 인증코치에 도전할 수 있습니다.

(사)한국코치협회 인증프로그램(20시간)으로서 (사)한국코치협회 인증코치 지원 시 ACPK 지원으로 응시할 수 있습니다.

3. 그 외에도 한국생산성본부 코칭프로그램 공모 우수 프로그램으로 선정되었으며, 최단 기간(3년) 최대 워크숍(115회 이상)을 진행하여 1000여명 이상 수강한 본 프로그램은 그 전문성과 효과성을 인정받은 바 있습니다.

■ 프로그램 개요

교육대상	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 코칭에 관심 있는 분, 전문 코치, HR담당자 ▪ 코칭 리더십을 발휘하고자 하는 리더 ▪ 3Cs I Basic 강사로서 비전을 가지고 있는 전문코치 ▪ 향후, '전문코치'로서 자격에 도전하고자 하는 예비 전문코치
교육시간	총 20시간(오프라인 교육 8.5시간/1일*2일 + 텔레 교육 1.5시간/1회*2회)
강사	홍성향 코치(ACC, KPC / 연세대학교 상담코칭학 전공)
제공자료	참가자 매뉴얼
교육비	<p>396,000원(VAT포함), 계좌번호: 신한 100-031-250871 아티스트코칭코리아 세금계산서, 현금영수증 발행 가능</p> <p>3Cs I Basic 은 한 번의 교육 수료로 끝나지 않고, 재참가 및 참관으로 학습을 이어갈 수 있습니다.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ 3Cs 수료자 참관: 2만원/일, 텔레클래스 1만원/1.5시간 [참관자는 지켜야 하는 규칙이 있으며 이는 신청 시 안내합니다.] ❖ 3Cs 수료자 재참가: 4만원/일, 텔레클래스 1만원/1.5시간(재참가는 수료증 및 매뉴얼 미배부) ❖ 수료증 재발행비: 11,000원 (우편비용 포함, VAT 포함) ❖ 환불정책: 과정 개강 3일 전, 취소 접수 시 100% 환불, 2일~1일전 취소 시 90%환불, 과정 당일 혹은 1번 자체 연기 후 취소 접수 시 80%. (CiT코칭연구소의 정책과 동일)
교육일정 /장소	매년 상반기, 하반기 총 2회 정기적 개설하며, 비정기적인 것은 파트너사를 통해 운영할 예정입니다. 가까운 교육 일정과 장소는 아래 문의처로 문의 바랍니다.
교육신청	문의: 아티스트 코칭 코리아(heeso@artistcoach.co.kr , 010-2520-0719)

※ 본 교육은 (사)한국코치협회 인증 프로그램으로 규정상 총 교육시간 중 2시간 이상 불참하시면 수료가 어렵습니다. (공개과정의 보강규정: 1년 내 보강교육을 들으시면 수료가 가능합니다.)

※ 본 교육 수료 후, CiT코칭연구소 기관 인증을 통해 (사)한국코치협회 KAC(인증코치자격) 취득 가능합니다. (CiT코칭연구소는 KAC 인증기관입니다)

※ 본 교육 수료 후, 홍성향 코치가 매달 진행하는 코칭 클래스에 참여하여 전문코치로서 코칭 역량 개발 및 라이프 코칭 툴에 대한 연구 및 개발에 참여할 수 있습니다. (교육 수료 후 별도 안내)

■ 프로그램 구성의 특징

1. 논리성

코칭 스킬과 코칭 프로세스를 논리적으로 전개하여 학습을 용이하게 함. 개발자의 코칭연구에 기초하고 있어 깊이가 있음

2. 코칭사례

개발자의 10년간의 코칭 경험, 교육경험을 통해 개발된 생생하고 현실적인 사례와 시나리오를 프로그램에서 적극적으로 활용함으로써 현실 적용도가 높음

3. 풍부한 코칭 실습

코칭 실습이 다양하게 진행됨으로써 워크숍 내에서 코칭 스킬과 대화모델을 체득화 할 수 있는 기회가 많음(실습 최다 프로그램)

4. 범용성

코칭을 시작하는 단계에서 반드시 필요한 핵심 코칭 역량을 중심으로 개발된 프로그램으로서 전문코치뿐만 아니라 코치형 리더 등 자신의 역할에서 코칭을 적용하고자 하는 모든 사람들에게 적용될 수 있도록 개발된 프로그램

5. 새로운 개념개발

호기심 스펙트럼, MDFP 질문, FEN, STAR 코칭 대화모델, 코칭 프로세스 ACE 모델, 코칭하기와 코칭접근법 활용하기 등 교육생들의 이해를 돕기 위한 새로운 개념을 제기해주고 있음

6. 장기적 전개

3-4주간 진행되는 장기프로그램으로서 코칭 역량을 체득화 할 수 있는 최소한의 기간을 확보하였으며 과제를 적절히 배치함으로써 코칭 경험을 다양화하였음

7. 프로그램 프랜차이징의 기회

3Cs 일반과정 이수 후 3Cs FT과정(강사양성과정)을 이수할 경우 3Cs를 자신의 프로그램으로 프랜차이징 받을 수 있는 기회를 갖게 됨 (별도의 프랜차이징 비용 없음)

8. 인증프로그램

교육 이수자가 한국코치협회 KAC 자격시험에서 요구하는 코칭 역량을 충분히 갖추어 수 있도록 설계된 프로그램으로서 자격시험준비가 용이함

■ 프로그램 구성 상세(1일차)

일	모듈	목표	주요내용
1일차 (8.5H)	M0. 들어가기	<ul style="list-style-type: none"> • 라포 형성 • 참가자 기대 사항 명확화 	<ul style="list-style-type: none"> • 참가자 소개 및 기대사항 나누기 • 목차 설명하기 • 워크숍 규칙 명확히 하기
	M1. 코칭에 대한 이해	코칭 대화의 특징 이해 및 실습	<ul style="list-style-type: none"> • 일반대화와 코칭대화의 차이 : 대화 스크립트를 통해서 코칭대화의 파워를 경험 • 코칭철학 : 사례를 통해 코칭철학을 유추하고 중요성 인식 • 코칭실습 1 : 일반대화의 방식을 의식적으로 코칭대화로 바꾸려는 초기 노력시도 • 코칭스킬의 근간 : 관점의 차이를 이해하고 코칭에서의 호기심의 역할 인지
	M2. 코칭스킬 : 질문하기	코칭 질문 이해 및 실습	<ul style="list-style-type: none"> • 질문게임 : 질문의 파워 체험 • 다양한 형태의 코칭질문법 학습 및 실습 <ul style="list-style-type: none"> - 열린질문 - MDFP(Meta View, Details, Future, Past) questioning • 케이스 별 질문 실습 • 코칭실습 2 : 질문하기 스킬을 집중적으로 활용하는 코칭실습
		중립적 언어와 호기심의 관계성 이해 및 질문 실습	<ul style="list-style-type: none"> • 중립적 언어와 호기심의 관계성 이해 • 호기심을 통해 익히는 코칭 질문법 • 호기심 스펙트럼: 호기심 질문과 정보를 묻는 질문의 차이 인식과 실습하기
	M3. 코칭스킬 : 경청하기	경청의 중요성 이해 및 경청을 활용한 실습	<ul style="list-style-type: none"> • 코치에게 중요한 경청의 4단계 특성 • 경청게임 : 경청에 집중할 수 있는 방법 모색 • 대화 구성요소 : 비언어적 커뮤니케이션의 중요성 • 코칭실습 : 비언어적 커뮤니케이션을 경청에 활용한 코칭실습 • FEN 경청 : 경청에 있어서의 밸런스 경청의 중요성 인식 및 활용 • 코칭실습 3 : 중립적언어, 호기심, 인정하기를 집중 활용한 코칭 실습 • 버디코칭 약속잡기

일	모듈	목표	주요내용
2일차 (8.5H)	M0. 들어가기	1일차 리뷰	<ul style="list-style-type: none"> 성공과 실패 나누기: 버디 코칭 나누기 코칭철학과 워크숍 규칙 똑똑똑 코칭 실습: 공개 코칭 실습 코칭실습 4: '라이프 밸런스 휠'로 코칭하기
	M4.. 코칭스킬 : 인정하기 (칭찬)	인정하기에 대한 이해 및 실습	<ul style="list-style-type: none"> 인정하기의 정의 : 인정하기, 칭찬하기의 차이와 유사점 파악 인정하기의 범위 : 3Cs에서의 인정하기 범위 확대 인정하기 실습 : 마니또 게임 코칭에서의 인정하기의 효과와 적용
	M5. 코칭대화 모델	코칭대화모델 학습 및 실습	<ul style="list-style-type: none"> 코칭대화모델의 정의와 그 효과성 파악 STAR 코칭대화모델 단계별 중요 포인트 학습 STAR 코칭대화모델 코칭데모 코칭실습 5 : STAR 코칭대화모델 실습 활용 포인트 파악
	M6. 코칭 프로세스	코칭 프로세스의 중요성 이해	<ul style="list-style-type: none"> 코칭의 진정한 힘: 코칭프로세스를 이해함으로써 코치로서의 역할 파악 코칭의 지속성과 ACE 모델 파악 코칭실습 6 : 코칭스킬이 아닌 프로세스와 코칭 철학에 집중하는 코칭 (라운딩코칭-호기심코칭의 핵심 경험하기)
	M7. 코칭하기와 코칭접근법 활용하기	실제적인 코칭 활용 방안 모색	<ul style="list-style-type: none"> 코칭영역: 코칭하기와 코칭접근법 활용하기를 구분함으로써 어떠한 코칭을 어떤 환경에서 적절히 사용할 수 있는가를 파악할 수 있음 코칭활용 전략세우기 : 코칭 전문가로서, 혹은 조직원으로서 코칭하기와 코칭접근법 활용하기를 파악하고 그 효과성이 무엇인가를 파악함 (사)한국코치협회 인증코치 되기 소개: 한국코치협회의 코칭철학, 윤리, 인증자격요건을 파악하고 질의응답 버디코칭 및 실전코칭계획 세우기

일	모듈	목표	주요내용
텔레 (1.5H*2)	M8. Practice & Celebration (실습&축하)	과정 wrap up 및 축하	<ul style="list-style-type: none"> 과정 전체 리뷰 및 과제 복습 코칭하기 과제 나눔 : 성공과 실패 공유 KAC 자격 실습시험 대비 코칭실습하기 축하하기: 과정을 성공적으로 이수함을 축하하기 수료증 수여(이메일 발송)