

Coachen met hart en ziel®

Post-HBO opleiding tot coach persoonlijke ontwikkeling en effectiviteit

Begeleiden van individuele gedragsverandering

Wilt u zich bekwamen in het coachingsvak? Wilt u uw coachingscompetenties vergroten én uzelf als instrument leren inzetten? Bent u op zoek naar een opleiding waarna u doelgericht kunt coachen op praktische resultaten en tevens kunt werken met persoonlijke belemmeringen en hulpbronnen?

Kernpunten van 'Coachen met hart en ziel®':

- 12 opleidingsdagen
- Literatuurstudie, intervisie, praktijkopdrachten
- Mogelijkheid tot post-HBO registratie (module 1A)
- Onderdeel van diverse leerroutes

Voor wie?

U wilt mensen met werkgerelateerde leer- en ontwikkelingsvragen coachen vanuit een niet-hierarchische positie. U wilt uw coachingscompetenties vergroten en leren coachen op de zes ontwikkelingsniveaus.

In de module 'Coachen met hart en ziel®' (module 1) leert u coachen op de zes ontwikkelingsniveaus: gedrag, omgeving, mentaal, emotioneel, fysiek en spiritueel niveau. U ontwikkelt uw coachingscompetenties aan de hand van het competentieprofiel 'Coach met hart en ziel®', u leert zeer uiteenlopende methodieken en werkt doelgericht aan uw persoonlijke ontwikkeling als coach.

Toelating

Toelating vindt plaats op basis van een intakegesprek, waarin tevens uw persoonlijke leerdoelen voor de opleiding worden besproken.

Toelatingscriteria:

- HBO/WO werk- en denkniveau en minimaal 3 jaar werkervaring
- inzicht in uw sterke kanten en ontwikkelpunten als coach en de bereidheid om hieraan te werken
- in tijden van grote persoonlijke druk is het niet verstandig om aan de opleiding deel te nemen.

Mogelijke vervolgopleidingen

- Vakopleiding tot professioneel trainer (module 2) en Trainen met ziel en zakelijkheid (module 3)
- Certificering tot coach (module 1A)
- Leergang Loopbaancoaching (module 4)
- Leergang Diepte coaching (module 5)

Resultaat

Na het volgen van de post-HBO opleiding 'Coachen met hart en ziel®' zijn uw coachingscompetenties sterk vergroot, gerelateerd aan het competentieprofiel 'Coach met hart en ziel®'

beheerst u uiteenlopende methodieken om te coachen op de zes ontwikkelingsniveaus heeft u een duidelijke visie en persoonlijke stijl als coach kunt u anderen coachen naar effectief gedrag, gekoppeld aan hun persoonlijke ontwikkeling

Programma

Blok 1: Coachen van ontwikkelingsprocessen

Zicht op veranderprocessen vanuit de zes ontwikkelingsniveaus
Coaching binnen de organisatiecontext
Het kernkwadrantmodel van Ofman
Coachen op competentieontwikkeling
De betrokken helicopterview van de coach

Blok 2: Non-directief coachen

Structureren met behulp van het coachingsmodel
Contact en afstemming in de coachingsrelatie
De kunst van het vragen stellen
Omgaan met verantwoordelijkheden
Van intake naar offerte

Blok 3: Directief coachen

De psychologie van confronteren
Ontwikkelingsgericht feedback geven
Gebruiken van de hier-en-nu-situatie
Provocatief coachen
NLP-coachingstechnieken

Blok 4: Vergroten van emotionele intelligentie

Emoties tijdens een veranderingsproces
Coachingsmethodieken op het emotionele niveau
Gestaltprincipes, zoals projectie, overdracht en tegenoverdracht
Lichaamsbewustzijn als hulpbron
Communiceren over gevoelens en behoeften

Blok 5: Zingeving en mentale kracht

De persoonlijke missie van de coach
Mobiliseren van innerlijke drijfveren
De creatiespiraal: van wens naar resultaat
Empowerment: persoonlijke belemmeringen en krachtbronnen
Rationele Effectiviteitstraining (RET)

Blok 6: Gedragsverandering in de praktijk

Transfer naar de werksituatie

Werken met rollenspelen

Bezieling in de dagelijkse praktijk

Oogsten en bestendigen van het resultaat

Evaluatie en afronding in de organisatie

Persoonlijke ontwikkeling van de coach

Inzicht in kernkwaliteiten en ontwikkelpunten

Leerdoelgericht werken aan eigen ontwikkeling

Vergroten van vitaliteit en persoonlijke kracht

Coachen als vak

Eigen visie op coachen

Verkenning van de coachingsmarkt

Schrijven van eigen brochure

Aanpak

De opleiding duurt ongeveer 6 maanden en bestaat uit:

- intakegesprek
- zes trainingsblokken van twee dagen
- literatuurstudie
- 5 intervisiebijeenkomsten
- praktijkopdrachten

Intake

Voorafgaand aan de opleiding schrijft u een motivatiebrief voor deelname aan de opleiding en stuurt u uw C.V. op. Op basis hiervan vindt een intakegesprek plaats, waarin wordt getoetst of u aan de toelatingscriteria voldoet.

Tevens worden uw persoonlijke leerdoelen geconcretiseerd en voorlopig vastgesteld. Deze vormen de eerste aanzet voor het Persoonlijk Ontwikkelplan (POP).

Persoonlijke Ontwikkelplannen (POP's)

Aan de hand van het competentieprofiel 'Coach met hart en ziel' schrijft u twee keer een Persoonlijk Ontwikkelplan (POP) waardoor u gericht werkt aan uw competentieontwikkeling naar een vakbekwaam coach met hart en ziel.

Daarnaast formuleert u leerdoelen gericht op uw persoonlijke ontwikkeling als coach. Hierbij wordt gebruik gemaakt van de kwaliteitenbenadering en het kernkwadrantenmodel.

Literatuurstudie

Ter voorbereiding van elk trainingsblok leest u in de verplichte literatuur. Dit wordt aangestuurd in de voorbereidingsopdrachten. De literatuurlijst vindt u onder 'Praktische informatie'.

Twaalf trainingsdagen

Tijdens de opleidingsdagen oefent u veelvuldig in de rol van coach en krijgt u feedback op uw sterke kanten en ontwikkelpunten. U leert de theorie toe te passen in de praktijk en ontwikkelt uw eigen coachingsstijl.

Door eigen belemmeringen en valkuilen in te brengen tijdens de oefensituaties werkt u tevens aan uw eigen persoonlijke ontwikkeling als coach.

Praktijkopdrachten

Na elk blok ontvangt u een opdracht om de geleerde coachingsmethodieken toe te passen in de praktijk.

Marktverkenningsoopdracht

Aan de hand van een gerichte praktijkopdracht verkent u een gedeelte van de coachingsmarkt. Dit doen ze onder andere door interviews met:

- a. een zelfstandige coach;
- b. een P&O-er die regelmatig een coach inzet voor de begeleiding van zijn medewerkers;
- c. iemand die zelf een coachingstraject heeft gevolgd.

De resultaten van de marktverkenning worden vastgelegd in een kort verslag en besproken in de intervisiegroep.

Intervisie

De intervisiegroepen komen in totaal vijf keer bij elkaar. De bijeenkomsten zijn gericht op het concretiseren van de POP's, elkaar ondersteunen bij de gewenste competentieontwikkeling en bespreking van de praktijkopdrachten in het kader van coachen als vak. Tevens oefent u uw coachingsvaardigheden en maakt u kennis met verschillende intervisiemethodieken.

Schrijven van eigen brochure

U schrijft een brochure voor uw eigen coachingspraktijk. Ter ondersteuning van deze opdracht krijgt u praktische aanwijzingen voor het schrijven van een brochuretekst. De teksten worden besproken in de intervisiegroep en uitgedeeld op de laatste opleidingsdag.

Praktische informatie

Aanmelding

U kunt zich schriftelijk aanmelden door middel van een aanmeldingsformulier. Dit formulier kunt u aanvragen bij het secretariaat. De definitieve toelating vindt plaats na een intakegesprek met de opleidingscoördinator.

Kosten

De opleidingskosten van de post-HBO opleiding 'Coachen met hart en ziel®' bedragen € 3.550,-. Dit is inclusief een uitgebreide coachingshandleiding van Blankestijn & Partners en ondersteunend lesmateriaal, en exclusief de verplichte vakliteratuur.

De accommodatiekosten bedragen € 750,-.

Tijdsinvestering en groepsgrootte

Deze module start minimaal vier keer per jaar met een maximale groepsgrootte van 16 deelnemers. Een aantal trainingblokken wordt begeleid door twee opleiders.

De blokken vinden eens per maand plaats, waardoor de module ongeveer 6 maanden duurt. Tussen de blokken moet u rekening houden met 16 uur voor zelfstudie, intervisie en praktijkopdrachten.

Literatuurlijst

Verplichte literatuur

- Coachingshandleiding van Blankestijn & Partners
- John Whitmore, *Succesvol coachen*, Uitgeverij Nelissen.
- Daniel D. Ofman, *Bezieling en kwaliteit in organisaties*, Servire/Kosmos.
- Marijke Lingsma en Marcel Scholten, *Coachen op competentieontwikkeling*, Uitgeverij Nelissen.
- Marshall B. Rosenberg, *Geweldloze communicatie, ontwapenend en doeltreffend*, Lemniscaat.
- Marinus Knoope, *De creatiespiraal*, KIC Nijmegen.

Aanbevolen literatuur

- Riekje Boswijk-Hummel, *Liefde in wonderland*, De Toorts Haarlem.
- Robert Quinn, *Diepgaande verandering, ontdek de leider in jezelf*, Academic Service.
- Jaap Hollander en Jeffrey Wijnberg, *Provocatief coachen*, Lifetime.
- Coby Brouwer, *Onorthodoxe interventies bij coachen*, Uitgeverij Nelissen.
- Ronald Wolbink, *Gestalt in supervisie*, Uitgeverij Nelissen.
- Insoo Kim Berg en Peter Szabó, *Oplossingsgericht coachen*, Uitgeverij Nelissen.
- Peter Gerrickens, *Kwaliteiten. Theoretische achtergrond bij het kwaliteitspel*, Gerrickens Training & Advies.
- Lenette Schuijt, *De kracht van bezieling*, Scriptum.
- Thich Nhat Hanh, *Iedere stap is vrede*, Uitgeverij Ank-Hermes.
- Pieter Somberg, *Hoe ontwikkel ik mijn competenties?*, Academic Service.
- Anthony Robbins, *Je ongekende vermogens, NLP: de weg van excellentie*, Servire.
- Theo IJzermans en Coen Dirkx, *Beren op de weg, spinsels in je hoofd*, Thema.