



# Cursus

## Praktische Coachingsvaardigheden

- Ontwikkel een coachende gesprekstijl en leer het eigenaarschap bij de ander te laten
- Krijg inzicht in de coachingsprincipes en hoe deze je communicatie kunnen versterken
- Ontwikkel coachingsvaardigheden op Europees foundationniveau (NOBCO-EMCC)
- Leer een aantal bruikbare coachingsmethodieken die de ander stimuleren in zijn persoonlijke ontwikkeling

## Coachen met Ziel en Zakelijkheid Cursus 'Coachingsvaardigheden'



### *Europees geaccrediteerde opleiding voor een coachende gesprekstijl*

Een effectieve manager, adviseur of professional kan schakelen tussen meerdere gesprekstijlen. In de cursus 'Coachingsvaardigheden' voeg je de coachende gesprekstijl toe aan je repertoire. Voor deze stijl moet je een aantal gewoontes loslaten, zoals adviezen en oplossingen geven vanuit jouw kennis en kunde, en problemen willen aanpakken op jouw eigen manier. Deze stijl daagt je uit tot een coachende houding, en vraagt om het ontwikkelen van je coachingsvaardigheden en het beheersen van een palet aan praktische coachingstechnieken.

Met de coachende gesprekstijl leer je je medewerkers, klanten of collega's om hun problemen en dilemma's zelf proactief op te lossen vanuit hun kennis en kwaliteiten. Je ondersteunt hen in hun groei en ontwikkeling, zodat zij zich maximaal kunnen inzetten voor de organisatie of het project waarin ze werkzaam zijn.

### *Aanmelden of contact*

Voor meer informatie kun je [contact](#) opnemen met Jeroen van den Dikkenberg (opleidingscoördinator) of ir. Silvia Blankestijn (hoofdopleider): [0317 – 425134](tel:0317-425134). Je meldt je aan via de [opleidingspagina](#) op onze website.

### **Voor wie?**

Herken je deze dilemma's?

- Je neemt alle verantwoordelijkheden voor het eindresultaat op je schouders en bent daardoor voortdurend zelf hard aan het werk
- Klanten of medewerkers nemen weinig initiatief
- Medewerkers, klanten of collega's blijven je om raad en advies vragen

De training 'Coachingsvaardigheden' is bedoeld voor managers, adviseurs, professionals, projectleiders en vakinhoudelijk deskundigen die

- op een coachende manier gesprekken willen leren voeren
- de coachingsprincipes willen integreren hun gespreks-, advies- of leiderschapsstijl
- willen reflecteren op hun belemmeringen om een coachende gesprekstijl in te zetten
- de basis van het coachen willen leren.

Voor mensen die als zelfstandig coach aan de slag willen, is de Post-HBO opleiding 'Coachen met Ziel en Zakelijkheid' beter geschikt.

## Resultaat

Na deze uitdagende en praktijkgerichte 3-daagse EQA foundation niveau coachingsvaardigheden cursus

- Zet je je coachingsvaardigheden in om het beste uit anderen te halen
- Heb je een coachende gesprekstijl bij het begeleiden van veranderingsprocessen
- Kun je coachend omgaan met weerstand en eigenaarschap
- Ben je je bewust van je persoonlijke kwaliteiten en valkuilen bij coaching
- Heb je een Europees NOBCO EMCC EQA foundation diploma

## Programma

De cursus Coachingsvaardigheden bestaat uit 3 opleidingsdagen welke gespreid in de tijd plaatsvinden. Tijdens de opleidingsdagen komen de volgende thema's aan de orde:

### *Dag 1: Werken aan bewustzijn*

- Inzicht in de praktische coachingsprincipes
- De kunst van het vragen stellen
- Inzicht in persoonlijke kwaliteiten en valkuilen voor een coachende gesprekstijl
- Van oplossen en adviseren naar coachen
- Stimuleren van zelfreflectie en eigen verantwoordelijkheid

### *Dag 2: De impact van emoties bij veranderingen*

- Inzicht in de rol van emoties bij veranderingsprocessen
- Emoties herkennen en gebruiken als signaalfunctie
- Oefenen in het waarnemen van non-verbale signalen
- Effectief aandacht geven aan gevoelens en emoties
- Inzicht in eigen redderspatronen

### *Dag 3: Van weerstand naar veranderingsbereidheid*

- Inzicht in de oorzaken van weerstand
- Omgaan met mentale belemmeringen
- Coachend omgaan met weerstand
- Oefenen met lastige praktijksituaties
- Schriftelijke toets voor Europese EQA Foundation accreditatie

## Aanpak

De [Cursus Praktische Coachingsvaardigheden](#) is een intervaltraining van 3 dagen. De aanpak van deze cursus is praktijkgericht en gebaseerd op blended learning, zodat je je in korte tijd je praktische coachingsvaardigheden en coach houding ontwikkelt.

### *Europees erkend Competentieprofiel en Persoonlijke ontwikkelingsdoelen*

Aan de hand van het Europees NOBCO EQA foundation niveau erkende competentieprofiel 'Coachingsvaardigheden' schrijf je een Persoonlijk Ontwikkelingsplan (POP).

Daarnaast bepaal je tijdens de eerste cursusdag je persoonlijke ontwikkelingsdoelen, gericht op het effectief inzetten van een coachende gesprekstijl.

Eke keer als je coachee bent voor een van je mede-cursisten, breng je je persoonlijke ontwikkelingsthema's in. Hierdoor ervaar je de verschillende methodieken als coachee, en werk je doelgericht en diepgaand aan je persoonlijke ontwikkeling als coach.

Door de combinatie van persoonlijke en competentie ontwikkeling leer je anderen met impact begeleiden in veranderingsprocessen.

### *Vorbereidingsopdrachten*

Voor elke opleidingsbijeenkomst ontvangen de deelnemers een voorbereidingsopdracht, welke kan bestaan uit zelfreflectie en (beperkte) literatuurstudie. Hierdoor kan de tijd van de opleidingsbijeenkomsten efficiënt worden gebruikt voor het oefenen van vaardigheden en de toepassing in de praktijk.

### *De opleidingsdagen*

De Coachingsvaardigheden training bestaat uit 3 opleidingsdagen (zie inhoud). Er wordt gewerkt met een groep van maximaal 12 deelnemers. Binnen de opleiding werken de deelnemers gericht aan hun persoonlijke leerdoelen.

De werkwijze is praktisch: leren door doen. De deelnemers krijgen feedback op hun handelen als coach en het effect hiervan op de ontwikkeling van de coachee. Er wordt voortdurend gewerkt op twee lagen: enerzijds zijn de deelnemers leerdoel gericht bezig met hun eigen ontwikkeling als coach, en anderzijds leren zij anderen coachen in hun groei en ontwikkeling.

### *Praktijkopdrachten*

Na elke opleidingsbijeenkomst ontvangen de deelnemers een praktijkopdracht om met het geleerde in de praktijk aan de slag te gaan. De ervaringen met de praktijkopdracht worden in de volgende bijeenkomst besproken. Zo wordt binnen het opleidingstraject voortdurend aandacht besteed aan de transfer van het geleerde naar de werksituatie.

### *Intervisie*

Het doel van de intervisie is:

- Elkaar ondersteunen bij het leerdoelgericht werken aan de eigen POP's;
- Verder praktisch oefenen met coachingsvaardigheden;
- Opstarten van collegiale consultatie, die bij voorkeur ook na dit opleidingstraject doorloopt.

Tijdens het opleidingstraject vinden 2 intervisiebijeenkomsten plaats, welke inhoudelijk worden aangestuurd door Blankestijn & Partners.

### *De manager als coach (bij in-company coachingsvaardigheden cursus)*

De betrokken managers worden actief ingezet in het kader van transfer en borging in de praktijk, en krijgen hierbij waar nodig ondersteuning in de vorm van:

- Startbijeenkomst voorafgaand aan de opleiding, zodat zij het leerproces van de deelnemers kunnen helpen opstarten.
- Voortgangsbijeenkomst aan het eind van de opleiding, zodat de managers de deelnemers verder kunnen ondersteunen bij het implementeren van de gedragsverandering naar hun rol als coach.

### *Schriftelijke toets*

Aan het eind van de training coachingsvaardigheden wordt de kennis van de praktische coachingsprincipes en de coachingsvaardigheden getoetst in een multiple choice toets en de mate van zelfreflectie aan de hand van open vragen. In deze toets wordt het accent gelegd op het toepassen van de kennis op coachingscasuïstiek en op de zelfreflectie als coach.

### *Diploma*

Na het volgen van deze Coachingsvaardigheden Cursus ontvangen de deelnemers het NOBCO-EMCC diploma op Europees EQA Foundationniveau voor de opleiding 'Coachingsvaardigheden'. Blankestijn & Partners is CEDEO-erkend en aangesloten bij de NOBCO.

## Praktische informatie

### *Open-inschrijving en in-company*

De [cursus Praktische coachingsvaardigheden](#) wordt als open-inschrijving en in-company gegeven. Bij een in-company traject maken we de opleiding op maat voor de organisatie met behoud van de door EMCC gestelde eisen aan Foundationniveau.

Vraag voor een in-company traject een [vrijblijvend adviesgesprek](#) aan met Jeroen van den Dikkenberg of Silvia Blankestijn.

### *Data opleidingsdagen*

De cursus Praktische Coachingsvaardigheden bestaat uit drie opleidingsdagen en diverse aanvullende opdrachten gebaseerd op blended learning. De opleidingsdagen duren van 9.15 tot 17.00 uur. De hele opleiding duurt ongeveer 3 maanden.

### *Groepsgrootte*

De groep bestaat uit maximaal 12 deelnemers.

### *Kosten*

De [cursus Praktische Coachingsvaardigheden](#) bestaat uit drie opleidingsdagen en diverse aanvullende opdrachten gebaseerd op blended learning.

De opleidingskosten bedragen € 1.160,- (excl. 21% BTW). In deze prijs zijn alle reguliere kosten inbegrepen: begeleiding tijdens de cursusdagen, zaalhuur, lunch en studiemateriaal. Bij deze NOBCO EMCC coach opleiding op EQA foundation niveau zit ook het schriftelijke examen bij de opleidingskosten inbegrepen.

De opleidingsdagen duren van 9.15 tot 17.00 uur. Wanneer je het fijn vindt om in de omgeving te overnachten, dien je dit zelf te regelen en betalen.

Tijdens de cursus Praktische Coachingsvaardigheden maak je gebruik van twee verplichte boeken. Deze boeken schaf je zelf aan, zodat je literatuurstudie al voor de eerste cursusdag kan beginnen.

Je kunt de boeken van Silvia Blankestijn onder andere kopen via onze website.

- Silvia Blankestijn, Coachen in 90 minuten, Uitgeverij Boom/Nelissen
- Silvia Blankestijn, Communiceren met Ziel en Zakelijkheid, Uitgeverij Boom/Nelissen

### *Aanmelden of contact*

Voor meer informatie kun je [contact](#) opnemen met Jeroen van den Dikkenberg (opleidingscoördinator) of ir. Silvia Blankestijn (hoofdopleider): [0317 – 425134](tel:0317-425134).

Je meldt je aan via de [opleidingspagina](#) op onze website.