

## TRAINERS

Elke opleiding wordt verzorgd door een team van drie of vier zeer ervaren trainers:



mr. Lenka Hora Adema



drs. Linda Reijkerk



Vincent Aelbers

### WERKWIJZE

De Leergang zelf heeft het karakter van een persoonlijk coachingsproces. We hebben daarom aan het begin en aan het eind van de leergang een individueel coachingsgesprek met elke deelnemer. Wij nodigen u uit om 'erin te duiken' en uzelf door ons te laten coachen in uw ontwikkeling tot coach.

Om de praktijk zo snel mogelijk dichterbij te halen, starten we direct na het eerste blok met de leercoaching: twee coachingsgesprekken met een medecursist en twee coachingsgesprekken met een externe coachee. Tevens vragen wij van u een team coaching te doen, eventueel gearrangeerd in uw huiswerkgroep. Tegelijkertijd wordt u uitgenodigd om steeds een link te leggen naar uw eigen praktijk en uit te zoeken wat u kunt gebruiken als professional in uw eigen werksituatie.

Dit alles betekent dat we u niet alleen onze ervaring en kennis van het coachingsproces aanbieden, maar ook een schat aan creatieve mogelijkheden om uw eigen klant te ondersteunen bij zijn of haar doelen. Daarnaast zullen we u voortdurend prikkelen door vragen te blijven stellen. Wij vinden het daarbij belangrijk dat u de tijd neemt om de attitude van een coach

verder te ontwikkelen en uw eigen gereedschapskoffer te vullen. U werkt als coach uiteindelijk toch het beste met methoden en technieken die bij uzelf passen. Zo kan deze leergang Oplossingsgericht coachen een enorme impuls geven aan uw professionele ontwikkeling.

### RESULTAAT

Welke voordelen levert het op? Het is één van de vragen die u als Oplossingsgericht professional in uw werk ook veel aan anderen zult gaan stellen

Wanneer u de leergang heeft afgerond dan bent u in staat om:

- De aangeleerde coachingsvaardigheden te integreren in de bij u al aanwezige competenties en ervaring.
- Een coachingspraktijk te voeren als oplossingsgericht coach.
- De oplossingsgerichte uitgangspunten te gebruiken in uw eigen professionele werkomgeving.
- Oplossingsgerichte verandertrajecten te begeleiden, zowel individueel als in groepen, teams, of organisaties.
- Uw arsenaal aan kennis en vaardigheden zelfstandig verder te ontwikkelen.



# OPLOSSINGSGERICHT COACHEN

Leergang

# LEERGANG OPLOSSINGS- GERICHT COACHEN

De Leergang Oplossingsgericht Coachen is de enige NOBCO-geaccrediteerde opleiding Oplossingsgericht Coach in Nederland. Deze leergang is gebaseerd op het oplossingsgerichte gedachtegoed van Steve de Shazer en Insoo Kim Berg van de positieve psychologie. Het is een manier van denken en werken die inmiddels razend populair is en internationaal wordt toegepast. Uitgangspunt bij deze manier van werken is steeds: meer doen van wat wel werkt, en stoppen met wat niet werkt.

## IN DE OPLEIDING

In de Leergang Oplossingsgericht Coachen werken we met de wens tot verandering. Oplossingsgerichte begeleiding stimuleert en ondersteunt die wens. Verandering treedt op wanneer iemand iets op een andere wijze doet of op een andere manier naar iets kijkt.

Als Oplossingsgerichte Professional bent u na deze Leergang in staat uw cliënten (uw coachees) stapsgewijs en methodisch te begeleiden in het realiseren van de door henzelf gestelde doelen. U legt de gewenste verandering in de hand van uw cliënt.

## DE LEERGANG OPLOSSINGSGERICHT COACH IS VOOR

- ◆ Mediators
- ◆ Managers en leidinggevendenden
- ◆ P&O-ers
- ◆ Mensen met een adviespraktijk
- ◆ Therapeuten
- ◆ Coaches
- ◆ Projectcoördinatoren en teamleiders
- ◆ Trainers en onderwijskundigen
- ◆ Juridische ondersteuners en advocaten

## OPLOSSINGSGERICHTE AANPAK

De Oplossingsgerichte aanpak is toekomstgericht en richt zich op de vraag: "Hoe wil je dat het wordt?" De Oplossingsgerichte Professional ondersteunt de door de cliënt gewenste (gedrags) veranderingen door gebruik te maken van oplossingsgerichte interventies en technieken vanuit een basishouding van respect voor de aanpak van die persoon zelf. De oplossingsgerichte aanpak vergroot bij de cliënt het gevoel van competentie, eigenaarschap van de verandering, het zelfvertrouwen en daarmee de kans op een geïnternaliseerde en duurzame verandering.

Tijdens de Leergang Oplossingsgericht Coachen staat, naast het verwerven van kennis en kunde over de Oplossingsgerichte manier van werken, uw persoonlijke ontwikkeling als coach centraal. Om de begeleiding zo individueel mogelijk af te stemmen, krijgt u aan het begin en bij de afronding van de opleiding een individueel (coach)gesprek met uw opleiders.

### Voorwaarden voor deelname

U beschikt over minimaal hbo-werk- en denkniveau. Mediators krijgen vrijstelling voor het eerste blok. Vraag naar onze voorwaarden.



## DE OPLEIDERS

De opleiders zijn ervaren (team)coaches. Dat zal ook merkbaar zijn in hun praktijkgerichte en oplossingsgerichte manier van trainen. Deelnemers leren van elkaar door het voeren van onderlinge coachingsgesprekken en van het gezamenlijk uitwerken van opdrachten in de samengestelde intervisiegroep (aan het begin van de Leergang worden intervisiegroepjes gevormd). Stimulerende feedback is belangrijk. Hiervoor is ruime aandacht tijdens de training en naar aanleiding van de externe en onderlinge coaching gesprekken.

Onze ervaring is dat - wie eenmaal kennis heeft gemaakt met de Oplossingsgerichte aanpak - een blijvende, positieve verandering in zijn werk als professional ervaart. Als u zich hierdoor aangesproken voelt en uw energie wilt steken in dit boeiende en leerzame traject dan is deze opleiding een prachtige aanvulling op uw eerder verworven competenties.

## DOELSTELLING

- ◆ Bevorderen van kennis en inzicht om oplossingsgericht te denken en te werken in het eigen werkveld.
- ◆ Ontwikkelen van vaardigheden en het toepassen van relevante methoden en technieken van de oplossingsgerichte aanpak.
- ◆ Ontwikkeling van oplossingsgerichte vaardigheden in de eigen praktijk.
- ◆ Ervaren hoe motiverend en stimulerend de oplossingsgerichte aanpak werkt.
- ◆ Een houding ontwikkelen waarin de cliënt centraal staat, met als uitgangspunt respect en vertrouwen in de mogelijkheden van de cliënt om eigen oplossingen te vinden.
- ◆ Ontwikkelen van een eigen authentieke Oplossingsgerichte coachstijl.
- ◆ Een houding ontwikkelen waarin de volgende aannames een tweede natuur worden:
  - Als iets niet werkt, stop er mee;
  - Als iets niet werkt, doe iets anders;
  - Als iets werkt, doe er meer van;
  - Als iets werkt, leer het (van) een ander.

“Every problem  
is a goal!”



## STUDIETIJD EN OPZET

Het traject strekt zich uit over een periode van 5 tot 6 maanden. Het Centrum voor Conflicthantering kiest voor deze gespreide aanpak, opdat de deelnemers gelegenheid hebben tussen de cursusbijeenkomsten huiswerk- en studieopdrachten en coachingsgesprekken uit te voeren.

Ook draagt dit bij om het geleerde en persoonlijke leerproces beter te internaliseren. De CvC Leergang omvat:

- ◆ 4 of 5 blokken van 2 aaneensluitende cursusdagen (afhankelijk van uw ervaring als coach of als mediator)
- ◆ 2 coachingsgesprekken met één van de trainers (één voor de start van de opleiding en één voorafgaand aan het laatste blok). Doel van deze gesprekken is om de door de cursist gestelde leervraag, de persoonlijke doelen en het plan van aanpak te bespreken en aan het eind de ontwikkelingsvoortgang vast te stellen
- ◆ Tussen elk blok vindt een (niet begeleide) huiswerkbijeenkomst plaats voor het bespreken van de werkvragen
- ◆ In totaal 5 onderlinge coachingsgesprekken (iedere deelnemer wordt gekoppeld aan twee medecursisten voor het oefenen van een eigen coachingstraject)
- ◆ Elke deelnemer houdt in totaal 5 coachingsgesprekken, met twee externe coaches
- ◆ Elke deelnemer verzorgt 1 teamcoachingsessie
- ◆ Zij die geen mediator zijn of geen ervaring hebben met coachingsgesprekken doen een voorbereidend blok 1 of sessie waarin de basisvaardigheden en de attitude van de coach centraal staan. Zij voeren 1 extra coachingsgesprek met een medecursist en een externe coach.

Het totale tijdsbeslag: ongeveer 200 uur.

## ERKENNING

De leergang is ontwikkeld naar de kwaliteitsmaatstaven die de NOBCO en de Stichting Coach hanteren. Na succesvolle afronding van de leergang ontvangt u van het Centrum voor Conflicthantering het Certificaat CvC-coach. Als criteria gelden een positieve beoordeling door de opleiders, op basis van voor-, tussen- en nagesprekken met u en de opleiders en op basis van uw portfolio, waarin aantoonbare groei en ontwikkeling op het gebied van oplossingsgericht werken en denken beschreven zijn. Daarnaast kijken wij naar actieve deelname, leergierige aanwezigheid en houding, en naar inzet en zelfreflecterend vermogen om de eigen effectiviteit te vergroten bij de blokken en tijdens de coachingsgesprekken. Iedere cursist houdt tijdens het laatste blok met zijn/haar huiswerkgroep een presentatie over een relevant thema met betrekking tot oplossingsgericht werken.

Voor mediators geldt dat aan deze opleiding 51 MfN PE-punten zijn toegekend in de Categorie 1A.

**Mediatorsfederatie**  
KWALITEITSREGISTER *Nederland*  
PERMANENTE EDUCATIE

De Leergang Oplossingsgericht Coachen is per 1 februari 2015 geaccrediteerd door de NOBCO.



# PIJLERS VAN DEZE LEERGANG

## 1. THEORIE

Kennismaking met relevante literatuur op het gebied van Oplossingsgericht Managen en Coachen. In de syllabus en de artikelenreader vindt u artikelen en verwijzingen hiernaar.

## 2. PERSOONLIJKE ONTWIKKELING

Op basis van een bij aanvang geformuleerde leervraag ontwikkelt de deelnemer, middels toepassen van het geleerde, feedback en reflectie, een authentieke coachstijl.

## 3. OEFENINGEN

Tijdens de bijeenkomsten gaan wij actief aan de slag met de technieken en instrumenten van de oplossingsgerichte aanpak.

## 4. PRAKTIJKOPDRACHTEN

Het echte leren gebeurt in de eigen praktijk. Vandaar dat de praktijkopdrachten de kern van de leergang vormen.

## 5. EVALUATIE AFZONDERLIJKE OPDRACHTEN

Reflectie op de uitgevoerde praktijkopdrachten, tijdens de bijeenkomsten en in de huiswerkgroep, vaststellen van een vervolg op de te ontwikkelen doelen.

## 6. VASTSTELLEN VAN DE ONTWIKKELINGSVOORTGANG

Per bijeenkomst is er aandacht voor de ontwikkelingsvoortgang. Gezien het belang en de verhoging van de motivatie die aandacht hiervoor teweegbrengt, vormt dit een vast onderdeel tijdens de bijeenkomsten via gesprekken met uw eigen trainer/coach en verwijzing naar uw portfolio.

## 7. PORTFOLIO

Bij de afronding van de Leergang geeft elke cursist in een portfolio een weerslag van zijn ontwikkeling. De vorm waarin dit gebeurt, bepaalt elke cursist zelf. Te denken valt aan video-opnames, (verbatim)verslagen, die de cursist hanteert om zijn ontwikkelingsvoortgang aan te tonen.



# PROGRAMMA LEERGANG

## Globale bouwstenen van de opleiding:

- ◆ Bewustwording van oplossingsgerichte attitude van de coach.
- ◆ Vaardigheden en instrumenten.
- ◆ Praktijk (oefeningen en het uitvoeren van coachingstrajecten).

## BLOK I: INLEIDING

Tijdens het eerste blok wordt ingegaan wat coaching in zijn algemeenheid inhoudt. Bij kleinere groepen wordt dit gedaan via een individueel coachingsgesprek met uw trainer/coach. Daarnaast is het doel van dit gesprek om de leervragen, de persoonlijke doelen en het plan van aanpak te bespreken. Mediators krijgen vrijstelling voor het eerste blok.

## PRAKTIJKOPDRACHTEN TUSSEN BLOK I EN BLOK II

- ◆ Huiswerkbijeenkomst 1
- ◆ Coachingsessie met medecursist 1
- ◆ Coachingsessie met medecursist 2
- ◆ Coachingsessie met externe coachee 1
- ◆ Coachingsessie met externe coachee 2

## BLOK IV: RETEAMING ©

- ◆ Reteaming, theorie en praktijk
- ◆ Design van een teamcoaching
- ◆ Dynamiek van een team, de kenmerken van verandering in een team en het omgaan met conflicten en weerstand
- ◆ Werken met de krachtbronnen in een team
- ◆ Motiveren en complimenteren

## BLOK V: VOORBEREIDING OP DE COACHING PRAKTIJK EN AFRONDING

- ◆ Oplossingsgericht en competentiegericht coachen
- ◆ Spanningsveld tussen beoordelen en ontwikkelen
- ◆ Acquisitie
- ◆ Oplossingsgericht acquireren
- ◆ Eindpresentaties deelnemers

## BLOK II: DE ESSENTIE

- ◆ De kenmerken van Oplossingsgericht ofwel Solution Focused coachen (van defectgericht naar Oplossingsgericht coachen)
- ◆ De relatie tussen en de toepassing van Oplossingsgericht coachen in mediation, managen, veranderingsprocessen bij individuen en teams (groepen, organisaties)
- ◆ Vaardigheden: gebruik van oplossingsgerichte technieken en instrumenten
- ◆ De introductie van het 7-stappenmodel
- ◆ Een nieuwe definitie van 'het probleem'

## BLOK III: INDIVIDUELE COACHING

- ◆ Persoonlijke feedback op leerpunten en dilemma's
- ◆ Individuele veranderplannen
- ◆ Vaardigheden en instrumenten uit de oplossingsgerichte praktijk

## PRAKTIJKOPDRACHTEN TUSSEN BLOK III EN BLOK IV

- ◆ Huiswerkbijeenkomst 2
- ◆ Tweede coachingsessie met medecursist 1
- ◆ Tweede coachingsessie met medecursist 2
- ◆ Tweede coachingsessie met externe coachee 1
- ◆ Tweede coachingsessie met externe coachee 2

## PRAKTIJKOPDRACHTEN TUSSEN BLOK IV EN BLOK V

- ◆ Huiswerkbijeenkomst 3
- ◆ Coachingsessie met een team
- ◆ Derde coachingsessie met medecursist 1 of 2
- ◆ Derde coachingsessie met externe coachee 1 of 2
- ◆ Portfolio afronden
- ◆ Voorbereiding presentaties huiswerkgroep
- ◆ Afsluitend Coachingsgesprek (portfolio gesprek) met de trainer-coach

### Diplomering

Om het certificaat CvC-coach te behalen dient u aan alle onderdelen te hebben voldaan, nl:

- ◆ Deelname aan 90% van alle blokken.
- ◆ Een afgerond portfolio.
- ◆ 2 gesprekken met de trainer/coach.
- ◆ 2 verslagen van 2 sessies met een externe coachee.
- ◆ 1 verslag van 1 sessie met een team coaching.
- ◆ Uitvoeren van alle huiswerkopdrachten.

Diplomering en uitreiking CvC coachingscertificaat volgt bij afronding met goed gevolg.