

CC10

www.merlijngroep.nl

Merlijn

**Basisopleiding tot
gecertificeerd coach**
St!R Gecertificeerd coach worden

Basisopleiding tot gecertificeerd coach

St!R gecertificeerd coach worden

Merlijn is als één van de grondleggers van mediation in Nederland, al 25 jaar het topmerk in conflictmanagement vanuit de gedachte dat ieder conflict een uniek leer- en ontwikkelproces is voor alle betrokkenen. Niet vreemd dat we daarom al meer dan 10 jaar coaching rondom conflicten aanbieden, zowel voor personen als teams en andere organisatie-eenheden. Merlijns visie op leren en opleiden en de 10 kernwaarden van Merlijn (zie bijlage 1) zijn het vertrekpunt voor ontwerp en uitvoering van Merlijns onderwijsactiviteiten

De basisopleiding tot coach geeft een brede basis waarmee je als coach zelf aan de slag kunt gaan om anderen in hun ontwikkeltraject te gaan begeleiden. Om coach te worden en je eigen specifieke coachstijl te vinden, worden er diverse methodieken – zoals het werken met verhalen in film, muziek en gedichten – aangereikt.

Tijdens de opleiding tot coach ga je zelf aan de slag met eigen coachklanten en ervaar je hoe het is om gecoacht te worden. Tussen de blokken door oefen je met deelnemers in intervisiebijeenkomsten. Na de basisopleiding tot coach en het voldoen aan het vereiste aantal uren coaching is het mogelijk om ook bij de unit coaching van Merlijn zelfstandig coach te worden en beschikbaar te zijn voor opdrachten. Verder is het mogelijk om bij Merlijn vervolgoopleidingen te volgen na de basisopleiding tot coach om je te specialiseren als bijvoorbeeld conflictcoach.

Regelmatig organiseren we informatiemiddagen en -avonden. Daar maken onze relaties kennis met elkaar, met de trainers en met de programma's. Daar wisselen we praktijkervaringen uit, stellen vragen en discussiëren over coaching en aanverwante thema's. Die middagen staan daarom ook open voor alle in coaching geïnteresseerden, zowel oud-deelnemers aan onze coachopleidingen als aspirant-deelnemers. Wij streven ernaar de gelegde contacten met deelnemers vast te houden en te verdiepen. Wij blijven beschikbaar als vraagbaak en coaches voor het netwerk van 'Coach-mediators'. Ook oud-deelnemers stimuleren wij ten opzichte van elkaar die rollen te vervullen.

Aspirant-deelnemers zijn daarnaast altijd welkom voor een individueel kennismakingsgesprek met één of meer van de trainers.

Bij het samenstellen van deze brochure hebben wij ernaar gestreefd om je zo volledig mogelijk te informeren over onze actuele opleidingsmogelijkheden op het gebied van coaching. Omdat de coachmarkt meer dan ooit in ontwikkeling is, zijn onze trainingen dat ook: we volgen niet de markt, we proberen de markt vóór te zijn en het boeiende vak van coaching steeds verder te verrijken en te professionaliseren.

Mocht je nog vragen hebben, aarzel dan niet om contact met ons op te nemen. Wij ontmoeten en verwelkomen je graag in een kennismakingsgesprek, op een informatiemiddag of op een van onze trainingen.

Mr. drs. Dick H.J. Bonenkamp, oprichter en directeur Merlijn Advies Groep



Introductie

Coaching is een vorm van persoonlijke begeleiding die erop gericht is bij de coachee (degene die wordt gecoacht) een verandering ten goede te bewerkstelligen via nieuw inzicht, perspectief en/of het aanleren van ander gedrag. Merlijn biedt naast de 24 conflictoplossingsmethoden diverse vormen coaching die voorafgaand aan, tijdens of na conflictsituaties kunnen worden ingezet.

Merlijn coaches zijn ervaren vakmensen die de kern van het vraagstuk snel weten te traceren en een adequate aanpak bieden passend bij de situatie. Net als Merlijn de tovenaar weet de Merlijn coach mensen te helpen om leerpunten uit het verleden om te zetten in toekomstig, adequaat gedrag.

Merlijn leidt ook professionals op om zelf te leren coachen. De basisopleiding tot Coach geeft een brede basis waarmee je als coach zelf aan de slag kunt gaan om anderen in hun ontwikkeltraject te gaan begeleiden.

Doelgroep

De opleiding is bedoeld voor eenieder die professioneel aan de slag wil (kunnen) gaan met individuele coaching. Al dan niet als onderdeel van jouw rol als mediator, advocaat, leidinggevende ed. Het gewenste niveau van de deelnemers is HBO+, hetzij door studie dan wel door minimaal 4 jaar (werk)ervaring verkregen.

Studiebelasting

De studiebelasting voor deze opleiding is vastgesteld op 300 uur. Dit is als volgt opgebouwd;

Totale tijdsbesteding verdeeld over een periode van 7 maanden:

- 100 contacturen met Merlijn:
 - een telefonische intake (0,5 uur),
 - 1 startdag van 2 dagdelen),
 - 4 blokken van 5 dagdelen,
 - 1 testdag van 2 dagdelen en
 - 3 uren coaching
- Intervisie: 4 x een dagdeel
- Coachen van 3 coachees (traject van minstens 5 sessies per coachee): 40 uren
- Zelfstudie, reflectie, coachverslagen, eindverslag en presentatie: 160 uren.

Doel van de opleiding

Het doel van de opleiding is het verkrijgen van de theoretische kennis en praktische vaardigheden die noodzakelijk zijn bij het zelfstandig voeren van coachgesprekken.

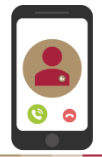
De deelnemer aan de opleiding tot professioneel coach zal zich tijdens de opleiding zelf verder ontwikkelen als persoon en professional.

De opleiding is erop gericht om jouw specifieke coachstijl te vinden en een stevige inhoudelijke basis te hebben als coach. We werken bewust met een leergroep die klein genoeg is om maatwerk te kunnen bieden en tegelijkertijd groot genoeg is om veel van elkaars ervaring en wijsheid te leren. Bijzonder is dat beide trainers graag werken met verhalen, de ene via gedichten en korte verhalen en de ander met filmfragmenten of muziek. Dit maakt het leren creatief en diepgaand. Om zelf te ervaren wat het is om gecoacht te worden, zul je gedurende de opleiding zelf ook een drietal coachgesprekken krijgen over wat je tegenkomt in jouw rol als coach. Je gaat namelijk al snel zelf aan de slag om mensen te coachen en zo het geleerde in de praktijk te brengen en van je ervaringen en bevindingen tijdens de opleiding en de intervisie te leren.

Opbouw en inhoud van de opleiding

De opleiding is opgebouwd langs vier zogenaamde leerlijnen:

1. **Zelf coachen.** Je gaat vrijwel direct aan de slag als coach door anderen te gaan coachen.
2. **Gecoacht worden.** Je zal tijdens de opleiding ook zelf ervaren hoe het is om gecoacht te worden.
3. **Intervisie.** In een kleine groep ga je leren van en met elkaar.
4. **De modules.** Na een telefonisch intakegesprek en de startdag zijn er vier tweedaagse modules. De opleiding wordt afgesloten met een testingdag.
 - Module 1: Wie ben ik?
 - Module 2: Ik en de ander
 - Module 3: Wij
 - Module 4: Veranderen



Voordat de opleiding met de groep begint, krijg je eerst een telefonische intake met een van de trainers. Daar wordt verkend wat jouw verwachtingen en leerdoelen tijdens de opleiding zijn. Vervolgens komt je met de groep en de trainers samen op de startdag. Tussen de blokken door krijg je 3 individuele coachsessies en kom je elke keer samen met de intervisiegroep.

‘Wat is coaching?’ is het thema van de startdag. En natuurlijk zul je tijdens deze eerste dag nader kennismaken met elkaar, de trainers, en het programma. Ook de leerdoelen die je hebt en die wellicht al in de intake aan de orde zijn geweest, kun je tijdens deze eerste opleiding dag nader expliciteren en gaan we met elkaar delen. Na de startdag volgen 4 blokken van 2 dagen van 5 dagdelen.

In de eerste tweedaagse module ‘Wie ben ik?’ gaan we zoeken naar wie je bent en wat dat betekent voor jouw coach-zijn. Deze 2-daagse sluiten we af met jouw ‘verhaal’: wie ben je en wat voor coach wil je zijn en worden? En natuurlijk behandelen we ook praktische zaken om na deze eerste 2-daagse aan de slag te gaan met jouw eigen coachees (die je zelf moet vinden!). De eerste stappen zijn dan gezet om je rugzak met coach-aanpakken en theorieën te vullen.

De tweede module ‘Ik en de ander’ richt zich meer op de relatie die je aangaat met de coachee en dan ook natuurlijk ook met jezelf. Diverse communicatievaardigheden komen aan de orde (luisteren, samenvatten doorvragen, feedback geven e.d.) en ook belangrijke elementen van TA (Transactionele Analyse).

De derde module ‘Wij’ is gereserveerd voor het verder vullen van onze rugzak met modellen en theorieën die je goed kan inzetten als coach. En dat telkens met de bedoeling dat je jezelf als coach/mens beter leert kennen en dat je met die bagage ook jouw coachee beter kunt begeleiden. Zo gaan we in op onderdelen van NLP (Neuro Linguïstisch Programmeren) en we gaan aan de slag met belangrijke aspecten van het systemisch werken.



De laatste module ‘Veranderen’ richt zich specifiek op de gewenste verandering die de coachee wil bereiken en hoe je daar als coach aan kunt bijdragen. Zo komt onder meer de groei mindset aan de orde en wat er bij veranderingen in de onderstroom speelt. Daarnaast wordt onderzocht hoe de werkgever van de coachee wordt betrokken bij een coachtraject.

De opleiding sluiten we af met een testingdag waar de deelnemers hun eindpresentatie zullen geven: wat voor coach ben ik (en wat wil ik verder ontwikkelen?) en laten zien hoe zij een coachgesprek voeren. Het competentieprofiel voor coaches van de St!R (die als bijlage bij de brochure is gevoegd) is hierbij leidend.

Tussen elk blok in komen de deelnemers samen voor **intervisie** om nog verder te leren en oefenen met elkaar. En je krijgt 3 coachgesprekken om met een van de trainers als coach te bespreken waar je in de coaching tegen aanloopt om zo ook te ervaren hoe het is om zelf gecoacht te worden.

Totale tijdsbesteding verdeeld over een periode van 7 maanden:

- 100 contacturen met Merlijn:
 - een telefonische intake (0,5 uur),
 - 1 startdag van 2 dagdelen),
 - 4 blokken van 5 dagdelen,
 - 1 testingdag van 2 dagdelen en
 - 3 uren coaching
- Intervisie: 4 x een dagdeel
- Coachen van 3 coachees (traject van minstens 5 sessies per coachee): 40 uren
- Zelfstudie, reflectie, coachverslagen, eindverslag en presentatie: 160 uren.

Leerdoelen

Deelnemers krijgen inzichten in:

- Gespreks- en luistervaardigheden en -technieken
- Feedback geven en ontvangen
- Wat is coaching en wat niet?
- Van contact naar contract: opbouw van een coachtraject
- Ethische Code
- Drijfveren en Waarden
- Diverse modellen als Bateson & Dilts, Kernkwadranten, GROW, STARR
- Transactionele analyse, Systemisch werken
- Wat er gebeurt bij veranderingen
- Overdracht en tegenoverdracht
- Intervisie vormen

Deelnemers leren:

- Gespreks- en luistervaardigheden; creëren van veilige omgeving
- Feedback geven en ontvangen
- Opbouw van een coachtraject, formuleren coach/leerdoel en coachplan en contract opstellen
- Toepassen van de 6 V's en diverse modellen in de coachgesprekken
- Over hun eigen identiteit als coach en ontdekken hun eigen stijl Intervisie toepassen
- Inzet van diverse instrumenten in coaching (film, muziek, gedichten, kaarten en symbolen, wandelen etc.)

Vorbereiding en aanpak van de opleiding

Het is de bedoeling dat de cursisten door invulling van een digitaal voorbereidingsformulier drie weken van tevoren specifieke leerdoelen formuleren, die aan het begin van de cursus kort onder de loep zullen worden genomen en aan het eind onderdeel van de evaluatie zullen zijn.

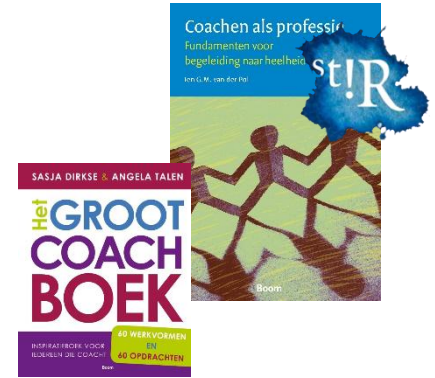
Rond diezelfde tijd zal de syllabus digitaal worden gedeeld en zullen evt. links worden gegeven om effectief (actuele) informatie te kunnen bestuderen. De opzet van de opleiding is een afwisseling van het delen van kennis, inzichten en ervaringen en vervolgens oefenen met elkaar.

Tijdens de opleiding krijgen de deelnemers naast de syllabus nog diverse hand-outs van oefeningen.



Verplichte literatuur

- **"Dit ben ik!"**
Auteur: Lieuwe Koopmans
([Bestel hier op bol.com](#))
- **"Coachen als professie"**
Auteur: Ien G.M. van der Pol
([Bestel hier op bol.com](#))
- **"Het Groot Coach Boek"**
Auteurs: Sasja Dirkse & Angela Talen
([Bestel hier op bol.com](#))

**Wij gaan ervan uit dat je deze boeken zelf besteld**

Je ontvangt bij start van de opleiding een digitaal jaarabonnement (gratis) op het Tijdschrift voor coaching!

**Geschiktheid voor het vak coach – ST!R**

De opleiding leidt op tot coach/professioneel begeleider en is St!R erkend. Met het deelnemerscertificaat van deze St!R erkende opleiding kunt u bij de STIR de aanvraagprocedure starten voor het worden van een coach/professioneel begeleider met het STIR-keurmerk. Zo onderscheidt u zich op de markt.

Hier vindt je meer informatie over hoe je je [kan registreren](#) bij St!R. Op de website van St!R is ook meer informatie te vinden over [de kosten](#) van registratie en hoelang de [registratie geldig](#) is.

Permanente Educatie MfN

Deze opleiding levert je de volgende PE-punten op: 68 PE, categorie 2

**Open inschrijving**

De opleiding start bij open inschrijving twee keer per jaar op een bijzondere locatie in het land en kent een doorloop van 7 maanden. Voor actuele data verwijzen wij je naar onze [Merlijn Website](#).

Incompany-training

Bij een incompany-training wordt na overleg over de specifieke wensen van jouw organisatie een offerte aangeboden.

Aantal deelnemers en trainers

Om verschillende stijlen in de opleiding te ervaren, krijgen de deelnemers in elk geval te maken met twee trainers. Op de startdag en de testingdag zijn er twee trainers aanwezig. Bij 11 t/m 16 deelnemers zijn er fulltime 2 trainers aanwezig de gehele opleiding. Daarnaast laten wij maximaal 2 inhalers op losse dagen toe.

De trainers voor deze opleiding zijn: [Mevrouw C. \(Corina\) Bouma](#) en [Mevrouw mr M.A. \(Mayke\) Smit](#)

Betalen in termijnen

Voor mensen met tijdelijke en aantoonbare liquiditeitsproblemen kunnen we afspreken dat de opleidingskosten gespreid betaald worden. Dat is altijd maatwerk. Neem hierover gerust contact op met de backoffice van Merlijn.

Bijzondere 40% 'over-de-financiële-drempel-korting'

Om zoveel mogelijk mensen in staat te stellen om met coaching en het coach-gedachtengoed kennis te maken, biedt Merlijn een 40% 'over-de-financiële-drempel-korting' op de 10-daagse basisopleiding.

In de afgelopen dertig opleidingsjaren hebben we bij veel gelegenheden gemerkt hoeveel goeds het participeren aan de opleiding kan betekenen, ook voor mensen die bijvoorbeeld tijdelijk vastzitten in hun leven of carrière of die even niet goed weten hoe nu vooruit en hoe nu verder.

Hoewel juist op zo'n kantelpunt de behoefte aan het inslaan van een nieuw en inspirerend pad groot is, valt die behoefte ongelukkigerwijs vaak samen met het op dat moment financieel niet kunnen investeren in jezelf.

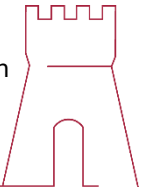
Merlijn wil ook op die momenten kansen bieden en geeft op de 10-daagse basisopleiding een instapkorting van maar liefst 40% aan mensen die alleenverdiener zijn en aantoonbaar:

- een WW-uitkering hebben;
- een WIA-uitkering hebben.

Let wel: als je gebruik wilt maken van deze regeling geven wij aan wanneer je kan deelnemen en op welke locatie.

Accommodatiekosten

Merlijn wil haar deelnemers een inspirerende leeromgeving aanbieden. Hierdoor werken we samen met verschillende bijzondere locaties verspreid door Nederland. De locaties combineren oude allure met moderne leermiddelen hetgeen zorgt voor een prettige leeromgeving. We krijgen veel positieve feedback op deze locaties en ze zijn ook nog eens voordeliger dan de meeste reguliere trainingscentra.



Je betaalt per blok bij de 10-daagse opleiding (dagen van 10:00-20:00 & dagen van 09:00-17:00)*

* *Op de website staan de actuele/exacte prijzen vermeld bij iedere training.*

Wat houden de accommodatiekosten in: trainingslocatie (trainingszaal plus 2 – 4 sub ruimtes), gebruik leermiddelen, koffie, thee, koekjes, snoepgoed, fruit, fris, lunch, snack en borrel.

Als je wilt overnachten en/of dineren kan je contact opnemen met de desbetreffende locatie. Merlijn heeft daar een korting bedongen voor deelnemers aan onze trainingen.

[Kasteel Kerckebosch](#)
[Nabij Zeist](#)



[Landgoed Huize Bergen](#)
[Nabij 's-Hertogenbosch](#)



[Chateau Marquette](#)
[Nabij Amsterdam](#)



[Kasteel de Vanenburg](#)
[Nabij Putten](#)



[Kasteel Limbricht](#)
[Nabij Sittard](#)



**Optioneel: online Neethling Brain Instruments (NBI®)
vragenlijst vooraf**

Als een deelnemer in spe twijfels heeft over haar/zijn geschiktheid voor het vak coach, kan zij/hij, naast een gesprek met een NBI® trainer/coach, met behulp van de NBI® vragenlijst hier inzicht in krijgen. NBI® is een internationale methode die al langer dan dertig jaar erkend en veel gebruikt is voor onder meer beroepskeuzes.

De vragenlijst is natuurlijk, zoals elke andere methode, indicatief en geen absolute garantie voor geschiktheid, maar kan je zeker helpen bij een betere persoonlijke afweging. Ook kan de methode een antwoord geven op de vraag welke soort coachings je het beste zullen liggen en wat je ziet als het voornaamste doel van de coachings die je wilt gaan doen. Verder geeft het antwoord op de vraag welk gedrag van anderen je als storend ervaart en hoe je daarop reageert. Kortom, kennis van uw eigen 'breinvoorkeuren' profiel en het bijbehorende gesprek kan je ook nog iets vertellen over het soort coach dat je zou kunnen en willen worden. Kennis van je eigen 'breinvoorkeuren' profiel kan je sowieso helpen in jouw professionele en persoonlijke leven. De totale investering bedraagt € 475,- exclusief btw.

Mogelijkheden na afloop van de OpleidingIntervisie

Zowel bij open als bij incompany trainingen kunnen nadien onder begeleiding van Merlijn trainers intervisiebijeenkomsten worden georganiseerd.

Coaching

Verdere persoonlijke coaching van een deelnemer is mogelijk.

Supervisie en consultatie

Na de training staat het de deelnemers vrij om in voorkomende gevallen Merlijn te consulteren over ondervonden praktijkproblemen en voor een snel advies over een te volgen koers.

Voor deze drie mogelijkheden geldt dat afhankelijk van de individuele wensen van de opdrachtgever Merlijn de vraag als service van onze organisatie beschouwt dan wel i.v.m. de omvang van de gevraagde dienst voordien een offerte uitbrengt.

Tijdpad overzicht:

Intake telefonisch/via Zoom (30 minuten) en leerdoelen invoeren in EVA

Startdag (2 dagdelen: 09-17 uur)

Tussendoor: intervisiebijeenkomst; huiswerk; coachees zoeken

Module 1 – Wie ben ik? - 5 dagdelen in 2 dagen (dag 1: 09-20 uur en dag 2: 09-17 uur)

Tussendoor: intervisiebijeenkomst; huiswerk; coachen van coachee(s); zelf gecoacht worden (1 uur online)

Module 2 – Ik en de ander - 5 dagdelen in 2 dagen (dag 1: 09-20 uur en dag 2: 09-17 uur)

Tussendoor: intervisiebijeenkomst; huiswerk; coachen van coachee(s); zelf gecoacht worden (1 uur online)

Module 3 – Wij - 5 dagdelen in 2 dagen (dag 1: 09-20 uur en dag 2: 09-17 uur)

Tussendoor: intervisiebijeenkomst; huiswerk; coachen van coachee(s); zelf gecoacht worden (1 uur online)

Module 4 – Veranderen - 5 dagdelen in 2 dagen (dag 1: 09-20 uur en dag 2: 09-17 uur)

Tussendoor: voorbereiden eindpresentatie, eindverslag en casus voor testing

Testingdag (2 dagdelen 09-17 uur)

Programma

Dag 1 – Start dag - Kennismaken

Ochtendprogramma

08.30 – 09.00 uur: Ontvangst met koffie/thee, informeel kennismaken met trainer en collega deelnemers

09.00 – 09.30 uur: Welkom, huishoudelijke afspraken en bespreking Programma van dag en van de opleiding

09.30 – 11.00 uur: Kennismaking aan de hand van coachende oefening en voorstellen van elkaar in groep

11.00 – 11.15 uur: Pauze

11.15 – 12.00 uur: Wat is coaching en wat is het niet? Wat doet een coach en wat niet? Wat houdt het beroep van een coach in?

12.00 – 13.00 uur: Wat zijn jouw leerdoelen? Wat wil je (af)leren?

13.00 – 14.00 uur: Lunch

Middagprogramma

14.00 – 14.30 uur: Wat voor soort coach wil je zijn? Een inspiratie

14.30 – 15.30 uur: Ethische Code en de basisprincipes voor coaching

15.30 – 15.45 uur: Pauze

15.45 – 16.30 uur: De zes fasen van ontwikkeling: Verkennen-Verdiepen-Verbinden-Verwerven-Veranderen-Verankeren

Hoe zou een coachtraject eruit kunnen zien. Aan de slag met een persoonlijke vraag van de ander.

16.30 – 17.00 uur : Terugblik startdag, maken van afspraken en vooruitblik blok 1

Blok 1 – Wie ben ik? Dag 1

Ochtendprogramma

- 08.30 – 09.00 uur: Ontvangst met koffie/thee, informeel kennismaken met trainer en collega deelnemers
- 09.00 – 09.10 uur: Welkom, huishoudelijke afspraken en bespreking programma
- 09.10 – 09.30 uur: Check in en bespreken huiswerk
- 09.30 – 10.30 uur: Wat is jouw verhaal? Het verhaal bouwen we op aan de hand van het model van de denkniveaus van Dilts en Bateson
- 10.30 – 10.45 uur: Pauze
- 10.45 – 12.00 uur: Filmfragment en oefening 'Jouw moment'
- 12.00 – 12.30 uur: Jouw kwaliteiten. Kernkwadranten ronde 1
- 12.30 – 13.15 uur: Lunch

Middagprogramma

- 13.15 – 14.15 uur: Kwaliteiten wandeling
- 14.15 – 15.00 uur: Kwaliteiten verzamelen via filmfragment. 1. Over regie nemen en 1 over luisteren. Eén van de kern spanningsvelden waar een coach mee moet omgaan
- 15.00 – 15.15 uur: Pauze
- 15.15 – 16.15 uur: Jouw kwaliteiten in kernkwadranten uitwerken en plenair bespreken; Dilemma denken en paradoxaal denken
- 16.15 – 17.30 uur: Holding space – aanwezig zijn bij de ander
- 17.30 - 18.30 uur: Diner

Avondprogramma

- 18.30 – 20.00 uur : Leerdoelen bespreken over wat voor coach wil je zijn?
- 20.00 – 22.00 uur: Bespreken en delen van je levenslijn; terugblik dag 1 en vooruitblik dag 2

Blok 1 - Wie ben ik?

Dag 2

Ochtendprogramma

08.30 – 09.00 uur: Ontvangst met koffie/thee

09.00 – 09.30 uur: Korte terugblik op dag 1, vooruitblik op dag 2 en leerdoelen

09.30 – 10.10 uur: Introductie, ieder eigen perspectief en waar ben je in je verhaal?

10.10 - 11.15 uur: Jouw waarden: waar geloof jij in?

11.15 – 11.30 uur: Pauze

11.30 – 12.30 uur: Je professionele identiteit: het eerste gesprek als coach. Oefenen

12.30 – 13.30 uur: Lunch

Middagprogramma

13.30 – 14.00 uur: De lessen uit het eerste gesprek: Wat is dus voor jou heel belangrijk als Coach!

14.00 – 15.15 uur: Elementen van professionaliteit als De Coach. Gevoelsreflectie en Op je handen zitten

Contract met de coachee en ethiek van de coach (Ethische Code van de EMCC)

15.15 – 15.30 uur: Pauze

15.30 – 16.30 uur: Wandelen en schrijven en voorlezen van jouw verhaal vanuit het perspectief van twee jaar verder.

16.30 – 17.00 uur: Terugblik blok 1, bespreken huiswerk, intervisie en vooruitblik blok 2

Blok 2 – Ik en de ander

Dag 1

Ochtendprogramma

08.30 – 09.00 uur: Ontvangst met koffie/thee

09.00 – 09.45 uur: Incheck, Terugblik blok 1, huiswerk en vooruitblik blok 2

09.45 – 10.15 uur: Ik en de ander: oefening gewaar zijn

10.15 – 10.45 uur: Van contact naar contract; Rapport maken, afstemmen;
Hoe doe je dat? Inhoud van een contract; start van coachtraject.

10.45 – 11.00 uur: Pauze

11.00 – 11.45 uur: Van contact naar contract; Rapport maken, afstemmen;
Hoe doe je dat? Inhoud van een contract; start van coachtraject. Oefenen

11.45 – 13.00 uur: Gespreksmodellen SCORE, GROW en STARR bespreken en oefenen

13.00 – 14.00 uur: Lunch en wandeling

Middagprogramma

14.00 – 15.00 uur: Feedback geven en ontvangen. Oefenen

15.00 – 15.45 uur: Oefenen coachgesprek Van contact naar contract en een van de gespreksmodellen

15.45 – 16.00 uur: Pauze

16.00 – 16.15 uur: Reflectie op gebruik Gespreksmodellen

16.15 – 17.30 uur: Reflectie en feedback onderling en op gedicht

17.30 – 18.30 uur: Diner

Avondprogramma

18.30 – 22.00 uur : Conflict en onderhandelingsstijlen en assertiviteitslijn;
bespreken Kilmann model en uitslagen test en oefenen met andere stijlen
Terugblik dag 1 en vooruitblik dag 2

Blok 2 – Ik en de ander

Dag 2

Ochtendprogramma

08.30 – 09.00 uur: Ontvangst met koffie/thee

09.00 – 09.45 uur: Incheck, Terugblik dag 1 en vooruitblik dag 2, gedicht

09.45 – 11.00 uur: Inleiding Transactionele Analyse, oefeningen en ego-posities

11.00 – 11.15 uur: Pauze

11.15 – 12.30 uur: De Ego toestanden: Een samenhangend patroon van voelen, denken en ervaren dat leidt tot een daarmee overeenstemmend gedragspatroon. Diverse opdrachten uitvoeren

12.30 – 13.30 uur: Lunch

Middagprogramma

13.30 – 15.00 uur: Script, Scriptcirkel, Onderdelen van script. Oefening met invullen van scriptcirkel.

15.00 – 15.15 uur: Pauze

15.15 – 16.00 uur: Aan het werk met scriptpatronen en strook

16.00 – 16.45 uur: Dramadriehoek, winnaarsdriehoek en overdracht. Oefenen

16.45 – 17.00 uur: Terugblik blok 2, huiswerk en vooruitblik blok 3

Blok 3 – WIJ

Dag 1

Ochtendprogramma

08.30 – 09.00 uur: Ontvangst met koffie/thee

09.00 – 10.00 uur: Terugblik blok 2 en vooruitblik blok 3, en incheck aan de hand van verhaal

10.00 – 10.30 uur: Zelfinzicht en reflectie opdracht

10.30 – 11.00 uur: Neuro Linguistisch Programmeren. Wat is het?

11.00 – 11.15 uur: Pauze

11.15 – 12.30 uur: NLP-begrippen van taal, overtuigingen, gedachten en de invloed daarvan op het gedrag.

12.30 – 13.30 uur: Lunch

Middagprogramma

13.30 – 14.30 uur: Wandelopdracht positieve energie en succes als Inspiratiebron

14.30 – 15.30 uur: Opdracht waar sta je t.o.v. je leerdoel als coach?

15.30 – 15.45 uur: Pauze

15.45 – 16.30 uur: Metaprogramma en metamodel: onze interne denk- en Gevoelspatronen

16.30 – 17.30 uur: Reflecties over NLP en jouw verhaal als coach

17.30 – 18.30 uur: Diner

Avondprogramma

18.30 – 20.00 uur: Genogram en familiegeschiedenis; uitleg en onderzoek; Terugblik dag 1 en vooruitblik dag 2

Blok 3 – WIJ

Dag 2

Ochtendprogramma

08.30 – 09.00 uur: Ontvangst met koffie/thee

09.00 – 09.45 uur: Terugblik dag 1 en vooruitblik dag 2, impact van muziek

09.45 – 11.00 uur: Introductie Systemisch Werken en familieopstellingen.
Systemische principes, plek in gezin van herkomst en onderzoeken van verstrikkingen

11.00 – 11.15 uur: Pauze

11.15 – 13.00 uur: Eenvoudige opstelling en werken met opstelling in coaching

13.00 – 14.00 uur: Lunch

Middagprogramma

14.00 – 15.00 uur: Belangrijke systemische interventies

15.00 – 16.00 uur: Werken met het onbewuste – gebruik van kaarten

15.25 – 15.40 uur: Pauze tussendoor

16.00 – 16.40 uur: Brief aan mijn wortels

16.40 – 17.00 uur: Terugblik blok 3, huiswerk en vooruitblik blok 4

Blok 4 – Veranderen

Dag 1

Ochtendprogramma

08.30 – 09.00 uur: Ontvangst met koffie/thee

09.00 – 09.30 uur: Terugblik blok 3, huiswerk en vooruitblik blok 4

09.30 – 10.00 uur: Bewust worden van eigen (leer)behoefte voor dit blok en die verwoorden

10.00 – 11.00 uur: Leren met film/muziek: waar ging het voor jou over?

11.00 – 11.15 uur: Pauze

11.15 – 12.30 uur: Wat heb jij nog te leren als coach?

12.30 – 13.30 uur: Lunch

Middagprogramma

13.30 – 15.15 uur: Veranderen en transitie (groeimindset en Systemisch Transitiemanagement)

15.15 – 15.30 uur: Pauze

15.30 – 17.30 uur: Het driegesprek (doel, driehoeksverhouding en dilemma's)

17.30 – 18.30 uur: Diner

Avondprogramma

18.30 – 22.00 uur : Supervisie ieder met eigen voorbereide casus
Terugblik dag 1 en vooruitblik dag 2

Blok 4 – Veranderen

Dag 2

Ochtendprogramma

08.30 – 09.00 uur: Ontvangst met koffie/thee

09.00 – 09.45 uur: Terugblik dag 1 en vooruitblik dag 2, bedding in groep
Symbool voor jouw coach-zijn

09.45 – 10.30 uur: Lastige situaties in coaching: verkennen

10.15 – 11.00 uur: Overdracht en tegenoverdracht theorie

11.00 – 11.15 uur: Pauze

11.15 – 12.30 uur: Opdrachten met overdracht en tegenoverdracht

12.30 – 13.45 uur: Lunch en wandeling om metafoor/anker zoeken voor de coach die je wil zijn

Middagprogramma

13.45 – 14.15 uur: Delen over anker

14.15 – 15.15 uur: Uitleg over en oefenen met coaching en scoreformulier
testingdag

15.15 – 15.30 uur: Pauze

15.30 – 16.30 uur: Vragen en duidelijkheid over testingdag, aanleveren van dossieropdrachten en verslagen

16.30 – 17.00 uur: Terugblik blok 4 en uitcheck

Testingdag

Ochtendprogramma

08.30 – 09.00 uur: Ontvangst met koffie/thee

09.00 – 09.15 uur: Bespreken van programma van de dag

09.15 – 10.30 uur: Eindpresentaties deel 1

10.30 – 10.45 uur: Pauze

10.45 – 12.45 uur: Eindpresentaties deel 2

12.45 – 13.00 uur: Nabespreken en vragen voor middag

13.00 – 14.00 uur: Lunch

Middagprogramma

14.00 – 16.30 uur: Testing coachgesprekken door de deelnemers

15.15 – 15.30 uur: Pauze tussendoor

16.30 – 17.00 uur: Terugblik op de opleiding, de leerdoelen en het geleerde, feedback deelnemers, digitale evaluatie en ontvangst deelnemingscertificaten

17.00 – 18.00 uur: Merlijn Borrel

Bijlage 1: 10 essentiële werkwaarden Merlijn

1. Toewijding: bezieling, bewogenheid, bevlogenheid

Wat ons bindt is onze bezieling voor het vak. De mens en zijn/haar conflict of probleem staat centraal. Ondergeschikt daaraan zijn onze eigen belangen en onze factuur. Wij gaan door waar anderen stoppen, we willen de besten zijn en pakken aan door het zien van mogelijkheden. Maar nooit tegen beter weten in. Op een praktische manier zijn we idealistisch en hebben we ook oog voor niet-zakelijke aspecten.

2. Eigen grenzen kennen maar ook: groei- en carrière gerichtheid / zelfontplooiing

We weten wat we kunnen en vooral ook wat we (nog) niet kunnen en we zijn bereid om een deskundiger Merlijn-collega in te schakelen bij onze witte vlekken in plaats van zelf wat te gaan experimenteren ten detrimente van onze cliënten. Tegelijk willen we ons verder in de breedte en diepte ontwikkelen.

3. Maatwerk

We zijn er ons van bewust dat een niet passende remedie de cliënt niet dient en zelfs erger kan zijn dan de kwaal. Daarom streven we maatwerk na in al onze activiteiten.

4. Vertrouwen & integriteit

Wij dragen er zorg voor dat Merlijn een organisatie is waar mensen volledig vertrouwen in hebben. Dat geldt voor zowel de inhoud als de relatie. We geven daarom continue aandacht aan cliëntbehoefte-analyses, evaluaties en research en baseren daarop de innovatie van onze producten en de groei van onze eigen kwaliteiten. Onze cliënten kiezen ons omdat ze geloven in ons kunnen, in de integriteit van ons aanbod en omdat ze ons daarin vertrouwen. We maken er ons sterk voor dit vertrouwen niet te beschamen.

5. Gedrevenheid & ambitie

We streven ernaar het beste uit onszelf te halen en elke dag beter te worden in wat we doen. We onderscheiden ons in service en kwaliteit van het gebodene. Voor onze cliënten doen we graag die onderscheidende extra stappen.

6. Innovatie: een zaak van ons samen

De wereld om ons heen verandert zo snel dat de veranderingen niet zijn bij te houden. En in je eentje is dat helemaal onmogelijk. Het dagelijks aanbod van nieuwe producten en methodieken is duizelingwekkend. Daarom beschouwt Merlijn innovatie niet als een wens maar als een must. Dagelijks zijn wij bezig met verandering, verbetering, vernieuwing.

7. Aandacht

Aandacht is voor ons een belangrijk sleutelwoord. Voor cliënten zo goed als collega's. We hebben en koesteren een informele cultuur. We nemen de tijd voor elkaar, we sparren en we spreken elkaar zo vaak mogelijk. Aandacht heeft ook openheid en eerlijkheid nodig.

Daartoe zijn we open en eerlijk naar elkaar en bespreken we met elkaar als ons iets niet aanstaat of als we professioneel of relationeel grenzen dreigen te bereiken. Ook als het moeilijk lijkt. Het streven is dan steeds behoud én versterking van de relatie.

8. Deze basishouding mogen we van elkaar verwachten.

Liever intern trainen dan extern blijven dienst verlenen. We laten zoveel mogelijk uitvoerende taken bij mensen binnen de organisatie en proberen met inzet van diverse methoden de inbreng van interne knowhow in een continu groeiproces te vergroten.

9. Bestaande kracht van de organisatie respecteren

We sluiten zoveel mogelijk aan bij bestaande goed functionerende gremia en structuren. Aldus blijft het waardevolle dat al is opgebouwd én al in de organisatie bekend/vertrouwd is voor de organisatie behouden. Louter het verder verrijken van de organisatie is onze intentie.

10. Van praktijkmensen voor praktijkmensen

Wij kiezen er bewust voor om zoveel mogelijk professionals in te zetten die werkervaring hebben in de praktijk van de klant voor optimale dienstverlening.

Bijlage 2: 10 Kernwaarden, opleidingen Merlijn

- 1. Veilige leeromgeving**

Een veilige leeromgeving is de belangrijkste randvoorwaarde voor een optimaal leerproces. Je moet je veilig voelen om te kunnen experimenteren en je kwetsbaar op te stellen. We maken dan ook afspraken over de vertrouwelijkheid
- 2. Ervaringsgericht leren**

Bij leren hoort oefenen. Praten over vaardigheden is minder effectief dan ervaren wat het effect is van het toepassen van de basishouding en interventietechnieken op de ander en jezelf. Wij werken met praktijkvoorbeelden van de deelnemers en realistische rollenspellen.
- 3. Afwisselende werkvormen**

Om maximaal rendement uit de trainingen te kunnen halen, werken we met afwisselende, inspirerende en effectieve werkvormen, zowel in fysieke als in onlinetrainingen en opleidingen.
- 4. Werken vanuit de basishouding**

Wij geloven niet in instrumentele trainingen waarin je wat trucs leert. De basishouding staat bij het aanleren van vaardigheden centraal: er is wat er is (accepteren van het hier en nu), beschrijvend (dus zonder aannames) teruggeven wat je waargenomen hebt (bewust maken) en je verwonderen over wat je hebt waargenomen (open vragen). Eerst de basishouding dan de technieken.
- 5. Ontwikkelen eigen stijl**

Authenticiteit staat centraal bij het aanleren van vaardigheden. Om (echt) in verbinding te komen met de ander moet je eerst in verbinding zijn met jezelf.
- 6. Vertrouwen in zelf oplossend vermogen**

Cruciaal bij het bevorderen van het zelf oplossend vermogen van mensen is het vertrouwen dat mensen in beginsel zelf in staat zijn om hun problemen op te lossen. Hoe harder je werkt, hoe luier ze worden. Als jij het probleem overneemt, worden mensen afhankelijk van jou.
- 7. Congruentie in leren**

Leren houdt nooit op. De professionals van Merlijn benadrukken dit beginsel en investeren dan ook in hun eigen leerprocessen. En: practice what you preach...
- 8. Werken vanuit systemisch perspectief**

De professionals van Merlijn werken vanuit systemisch perspectief, zodat dynamieken en patronen beter herkend en geduid kunnen worden.
- 9. Van praktijkmensen voor praktijkmensen**

De professionals van Merlijn kunnen goed aansluiten bij de praktijk van de deelnemers, doordat ze daar zelf ook werken of gewerkt hebben. De trainingen hebben een hoog praktijkgehalte waardoor de deelnemers de vaardigheden beter kunnen verankeren in hun praktijk.
- 10. Dienstbaar aan procesdeelnemers**

Wij zijn gecommitteerd aan het leerproces van de deelnemers.

Bijlage 3: Competentieprofiel voor coaches St!R

[competentieprofiel-coach.pdf \(stir.nu\)](#)

Visie op coaching

Kwaliteit in coaching wordt in hoge mate bepaald door de bijdrage die de coach biedt aan:

1. Het leerproces van de klant in relatie tot diens werkcontext.
2. De eigen betekenisgeving en zelfsturing van de gecoachte en daarin een perspectiefverandering laat ontstaan die leidt tot effectieve acties en gewenste resultaten
3. Tevens is de coach in staat om zich op een professionele wijze te verantwoorden over zijn handelen en visie op leren.

Dit zijn de centrale waarden binnen coaching.

II. Competentieprofiel voor coaching

Een competente professional is iemand die in een bepaalde context:

- ziet of merkt wat nodig is,
- in staat is om dat ook te doen, en
- daartoe ook bereid is

Een competentieprofiel vergt een omschrijving van competenties die dekkend zijn voor wat een professional geacht wordt te doen. Het competentieprofiel van de coach dat volgt uit bovenstaande omschrijving heeft volgens St!R de volgende deelaspecten van de coachingscompetenties:

1. Begeleiden van leerprocessen
2. Gerichtheid op de werkcontext
3. Resultaatgerichtheid
4. Gerichtheid op zelfsturing in werken en leren
5. Interactie als begeleider vormgeven
6. Professioneel werken

Deze deelcompetenties zijn volgens St!R 'noodzakelijk en voldoende'. Dat wil zeggen dat ze essentieel zijn om coaches te beoordelen op hun bekwaamheid.

1. Begeleiden van leerprocessen

Een krachtige leeromgeving kunnen scheppen

Kunnen omgaan met diversiteit naar klanten

Kunnen faseren in het leerproces

Bijvoorbeeld:

- Leervragen expliciet maken
- Leeractiviteiten onderkennen (o.a. motor aanzetten)
- Bij team coaching onderscheid maken tussen individu en team en de eigen dynamiek van teams
- herkennen
- Zien van overeenkomsten en verschillen tussen deelnemers in een team
- Sensitiviteit voor relevante verschillen in achtergrond
- Verschil naar leerstijlen hanteren
- Variëren naar externe sturing gezien de mate van zelfsturing van de gecoachte
- Werkvormen aandragen die uitnodigen tot leren
- Onderscheid maken naar single loop, double loop en triple loop leren en dat herkennen in de
- vraag van de klant
- Leren van fouten faciliteren
- Hanteren van tegenslag
- Ervaringsleren begeleiden
- Afwisselend inzetten op 'bestendigen' en 'nuanceren'

- Waar nodig voorbeeldgedrag laten zien
- Leerweg in stappen verdelen
- Oefeningen (laten bedenken of) bedenken
- Opdrachten per fase herkennen en hanteren
- Feedback geven
- De verbinding maken van de ene bijeenkomst naar de volgende
- Kunnen plannen en beslismomenten daarin markeren
- Kunnen onderscheiden van langere en kortere termijn
- Coaching op leren gericht houden evt. naast oplossingsgericht
- Consolideren van leerresultaten
- Structureren van begin, midden en eind van traject en per bijeenkomst

2. Gerichtheid op de werkcontext

De werkcontext bij de coaching kunnen betrekken

Bijvoorbeeld:

- Acquisitie een verantwoorde plek geven als aspect van eigen professioneel handelen
- Adviseren aan beslissers in de organisatie m.b.t. inzet van begeleiding
- Randvoorwaarden voor coaching organiseren
- Contracteren met klant en opdrachtgever
- Eigen grenzen aangeven
- Kunnen onderhandelen
- Onderscheid maken in meningen, belangen en principes
- Rekening houden met posities, communicatielijnen en procedures
- Relevante organisatieontwikkelingen betrekken in de begeleiding
- De klant uitnodigen om de eigen coaching vraag te koppelen aan posities, rollen, procedures en communicatielijnen binnen de organisatiecontext
- Actorgerichte en systeemgerichte manier van kijken herkennen en hanteren
- 'Meerzijdige partijdigheid' vormgeven
- Oefenopdrachten in de werkpraktijk bedenken
- Grens bewaken tussen begeleiden en leidinggeven
- De klant niet in een loyaliteitsconflict met de organisatie brengen
- Randvoorwaarden onderzoeken om resultaat van coaching te consolideren in de organisatie
- Rapportage van resultaat (liefst door de klant zelf) stimuleren

3. Resultaatgerichtheid

Op een resultaatgerichte manier kunnen aansluiten bij de vraagstelling van de gecoachte

- Herkennen of de vraag van de klant een coachingsvraag is
- Variëren naargelang aard en type van de vraag (met gebruik maken van het onderscheid tussen
- single loop, double loop en triple loop leren) en daar de leeromgeving op aanpassen
- Beoogde resultaten concretiseren en werkbaar maken (SMART formuleren)
- Realistisch beoordelen wat haalbaar is
- Stimuleren van zelfsturing als belangrijk kenmerk van dat resultaat
- Hoofd- en bijzaken onderscheiden en daarop sturen (resultaat en samenwerking)
- Resultaten en processen onderscheiden
- Resultaten monitoren, controle op de voortgang houden (evt. bijsturen)
- Evalueren van de samenwerking tussen coach en gecoachte
- Teleurstellingen herkennen en functioneel maken
- Resultaten zichtbaar maken en daartoe uitnodigen
- Beoordelen van behaalde resultaten
- Afronden

4. Gerichtheid op zelfsturing in werken en leren

Bijvoorbeeld:

- Herkennen hoe iemand zichzelf (al dan niet) stuurt
- Helder onderscheiden van externe sturing als coach en zelfsturing van de klant
- Gebruik maken van de wijze waarop iemand zichzelf in de actuele interactie tussen coach en
- gecoachte stuurt om de wijze van zelfsturing aan de orde te stellen en te stimuleren
- Het nemen van eigen verantwoordelijkheid bij de gecoachte stimuleren
- Gedrag in de hier en nu situatie aan die verantwoordelijkheid en aan de vraagstelling koppelen
- Situaties creëren waardoor het nemen van verantwoordelijkheid door de gecoachte aangesproken
- wordt
- Keuzes voor acties in de werkcontext bij gecoachte houden
- Het faciliteren beperkt houden tot 'waar nodig'.

5. Interactie als begeleider vormgeven

In interactie met de klant een – op een contract gebaseerde - samenwerking tot stand kunnen brengen en onderhouden.

Bijvoorbeeld:

- Een begin maken
- Contact maken (met zichzelf en met de gecoachte)
- Wederzijdse verwachtingen verhelderen
- Taakverdeling tussen coach – gecoachte verhelderen
- Vaardig in gespreksvaardigheden, o.a. gebruik kunnen maken van metacommunicatie
- Structuur en ruimte bieden (soepelheid voor het onverwachte)

- Gebruik maken van empathie en confronteren
- Interactie in het hier en nu gebruiken om de coachvraag te bewerken
- Voorstellen doen en gelegenheid bieden om mee te sturen
- Onderscheid maken tussen inhoud, procedure en betrekking
- Luisteren en initiëren (actief – receptief)
- Samenvatten of de klant daartoe uitnodigen
- Relevante vragen stellen en ruimte bieden tot reflecteren
- Hanteren van afstand en nabijheid
- Geven en ontvangen van feedback
- Bereid en in staat om zich te laten aanspreken op overwegingen, keuzes en handelen als coach
- 'Reflection in action' expliciet maken
- Bij teams de onderlinge interactie stimuleren
- Afspraken nakomen bij zichzelf en erop toezien/signaleren dat de gecoachte dat doet

6. Professioneel werken

Methodisch kunnen werken. Transparant kunnen zijn m.b.t. eigen overwegingen en handelen. Zelfstandig de eigen professionele ontwikkeling als coach vorm kunnen geven

Bijvoorbeeld:

- Zorgvuldig omgaan met informatie
 - Relevante codes respecteren
 - Kunnen reflecteren
 - Alertheid en sensitiviteit voor werking van eigen handelen
 - Eigen aandeel in coaching kunnen expliciteren
 - Eigen handelen als coach kunnen onderbouwen
 - Inzichten uit het vakgebied kunnen betrekken bij eigen handelen
 - In staat om eigen keuzes voor te leggen aan anderen
 - Aanspreekbaar op eigen handelen
 - Eigen optreden kunnen verantwoorden
 - Open staan voor feedback vanuit de professie en daar ook iets mee doen
 - Bewaken van grenzen in coaching en eventueel doorverwijzen
 - Weloverwogen risico's durven nemen
 - Kritisch kunnen zijn t.a.v. eigen prestaties
 - Een reële zelfbeoordeling kunnen maken
 - Tijd maken voor eigen ontwikkeling
 - Eigen verwachtingen expliciet kunnen maken m.b.t. eigen ontwikkeling
 - Prioriteiten kunnen stellen m.b.t. eerstvolgende stappen in de eigen ontwikkeling
 - Concrete afspraken voor de eigen ontwikkeling kunnen maken en die ook daadwerkelijk
 - Vormgeven
-
- Anderen waar nodig in kunnen schakelen (netwerken)
 - Passende leeromgeving voor zichzelf kunnen scheppen
 - Eigen ervaringen en die van anderen benutten voor ontwikkeling
 - Zich op de hoogte houden van relevante ontwikkelingen op het vakgebied