



Basiscoachopleiding: inzicht door ervaring

8-daagse coachopleiding (deel 1 en 2)

Bestaande uit een vierdaagse basis coach opleiding en vierdaagse de diepte in met ervaringsgericht coachen vanuit de virtuele coachruimte. Na het volgen van beide delen heb je voldoende bagage om als zelfstandig coach aan de slag te kunnen.

4-daagse basiscoachopleiding ervaringsgericht coachen (deel 1)

De basisopleiding die je leert om een goed coachgesprek te kunnen faciliteren. Leer echt te luisteren, krachtige vragen in te zetten en jouw intuïtie in te zetten om de ander te helpen zijn belemmeringen te onderzoeken tot diepgaande inzichten te komen en. Hiervoor leer je tal van ervaringsgerichte coachtechnieken in te zetten.

Gevolgd door

4-daagse verdiepingsopleiding ervaringsgericht coachen vanuit de virtuele coachruimte (deel 2)

Met praktijkopdracht en eindtoets

(voor deelnemers die de 4-daagse coachopleiding hebben afgerond)

Leer van 1 goede coachsessie tot een volledig coachtraject te komen. Leer gerichte diepgaandere interventies in te zetten waarmee je coachklanten kunt helpen om hun belemmeringen echt op te lossen, te komen tot echte verandering en transformatie. Hierbij werk je op de niveaus van overtuigingen, emoties en dieperliggende patronen.

Deelnemers die kiezen om een 1 keer de volledige opleiding te volgen

Beschrijving:

De integrale coachopleiding waarbij het cognitieve en intuïtieve bij elkaar komen. Help mensen (weer) op weg door hen te helpen hun eigen oplossingen te vinden voor hun belemmeringen! Belemmerende gedachten, onverwerkte emoties of sterke patronen? Jij leert mensen hoe ze deze kunnen vervangen voor helpende gedachten, emoties kunnen verwerken en patronen kunnen overwinnen. Versterk je eigen intuïtie en leer krachtige coachvragen stellen.

Je leert de belemmeringen van coachees herkennen en deze plaatsen op het niveau van gedachten, emoties, of dieperliggende patronen die zich uiten in de fysiologie. Leer diverse coachtechnieken toepassen, waarmee ze op al deze niveaus coachees kunnen helpen deze belemmeringen te overwinnen en stappen te zetten in hun ontwikkeling op weg naar hun gewenste situatie.

De theorie en interventies sluiten aan bij de wetenschappelijke inzichten van de kwantumfysica (de werking van het veld) en de nieuwe biologie. De mens wordt gezien als informatienetwerk, waarvan meer een deel van alle kennis bewust toegankelijk is. De fysiologie (dat wat gevoeld wordt in het lichaam en wat de coach aan de ander kan waarnemen) en zintuiglijke activering (herbeleving) vormen de ingang tot de onbewust informatie.

Doordat we werken met kleine groep en je alle coachtechnieken zelf doorleeft doorloop je gedurende de coachopleiding een persoonlijk groeiproces als coach, maar zeker ook als mens

Inhoud coachopleiding

Dag 1: je basishouding als coach en het coachmodel

- Kennismaking+ verwachtingen opleiding.
- Je basishouding als coach, coach vs adviseur
- verbinding maken,
- de presence, aanwezig zijn in hier en nu
- bodymind lichaam als informatiesysteem
- het 5G-model
- coachsessie met coachmodel, eigen ontwikkelingsintentie neerzetten(HS, GS, HB, belemmeringen)

Dag 2: Luisteren en intuïtie

- Luisteren: diverse modellen toelichten,
- Praktijkoefeningen luisteren
- intuïtie uitleg (verklaring verbinding vanuit het veld) en
- oefenen met inzetten intuïtie

Dag 3: Vragen stellen vanuit benieuwdheid en zelfmanagement

- Krachtige vragen stellen(soorten vragen, stukje OGW, link met intuïtie,
- oefenen met eigen vragen)
- Theorie zelfmanagement: overdracht/tegenoverdracht
- ontdekken eigen triggers met trainingsacteurs
- zelfmanagement met trainingsacteurs

Dag 4: Beschermingsmechanismen, werken met delen/Voice Dialogue

- theorie beschermingsmechanismen
- theorie Voice Dialogue
- Ervaren van delen in de groep
- verschil werken met delen en Voice Dialogue
- eerste oefensessie met elkaar, in middag

Dag 5: herbeleven en kennismaking met virtuele werkruimte (ingang=cognitief, zak af naar zintuiglijk)

- Theorie herbeleven toegang tot celmemory, zintuigen activeren, 4 ingangen info verwerking denken, voelen, zien, horen
- middels visualisatie Virtuele werkruimte laten ervaren.
- Theorie coachtechniek: verander de inprint met 'Mindswitch': Oplossen van belemmering die voortkomen uit situaties die bewust worden herinnerd.

- Oefensessies met 'Mindswitch'

Dag 6: De droomtechniek vanuit je virtuele werkruimte (ingang is zintuiglijk)

- Deelnemer meenemen op ontdekkingsreis in ervaring en activeren middels visualisatie
- Oefenen met metaforen en ontspannende en begeleidende taal
- Groepsoefening op ontdekkingsreis middels visualisatie, onderzoek je belemmeringen en ontdek of ontwikkel je eigen 'metaforische' oplossingen.
- Coachsessies droomtechniek: oefenen met elkaar.

Dag 7: focussing (ingang=fysiologie)

- Theorie Focussing:(ingang tot je virtuele werkruimte= fysiologisch), oplossing van dieperliggende patronen. (Heling zonder inhoud bewust te herschrijven).
- opwarmingsoefeningen (begeleide visualisatie)
- uitleg over begeleidings proces
- focussing sessies oefenen met elkaar

Dag 8 : Eindtoets, free form coachsessie en toekomstintentie

- Start met 'eindtoets' reflectie op persoonlijk proces, begrip inhoud (kan ook online vooraf aan dag 8)
- Het neerzetten van jouwcoachpraktijk
- free form coachsessies,
- visualisatie futurepace- schrijf vanuit je toekomstige zelf een brief aan je huidige zelf
- Feestelijke afsluiting: Het vier van het proces.

Certificering:

De certificering bestaat uit:

- Praktijkopdracht bestaande uit: Kennismakingssessie en vervolgcoachsessie (met client naar keuze en medestudent als observator)
- Reflectieverslag van eigen proces
- (online) Kennistoets die het begrip van de materie toetst

