

Studieplan Coaching

1. Visie, missie en beroepssituatie voor de scholing

Een coach ondersteunt mensen bij de ontwikkeling van hun talenten, het verwezenlijken van hun dromen en het doorvoeren van (gedrags)veranderingen. In de opleiding Coaching ontdekt de student welke kwaliteiten een succesvol coach in huis dient te hebben. Hij leert problemen analyseren, doelen stellen en lastige vraagstukken aanpakken. De opleiding besteedt veel aandacht aan de communicatie met coachees. Hoe stel ik de juiste vragen? Hoe luister ik met aandacht? Hoe motiveer ik mijn coachee tot actie? Al deze zaken - en meer - komen in de opleiding aan bod.

2. Voor wie

De opleiding is gericht op alle professionals die een coachende rol aannemen t.o.v. hun cliënten.

3. Bijdrage aan de deskundigheidsbevordering van de zorgverlener

Voordat je gericht aan de slag kunt gaan met een specifieke vorm van coaching, of coaching van een bepaalde doelgroep, is het zaak dat je beschikt over het juiste basisgereedschap. Je dient kennis te hebben van algemene coach- en communicatievaardigheden en moet weten hoe je als coach een professionele relatie opbouwt met de coachee. Dat alles komt aan de orde in de opleiding Coaching.

4. Voorwaarden voor de toelating

Er zijn geen harde voorwaarden voor de toelating; er is geen specifieke vooropleiding vereist. Minimaal havo- of mbo-denkniveau is wenselijk.

5. Eisen leeromgeving

Dit is een thuisstudie met docentbegeleiding via e-study, hierdoor worden er geen eisen aan de leeromgeving gesteld.

6. Wijze van toetsing

Het leerresultaat wordt getoetst middels tussentijdse toetsvragen na elke les en een afsluitend examen. De lesstof bevat daarnaast tussentijdse opdrachten die de student voor zichzelf maakt en nakijkt om zijn leerproces te versterken.

7. Kwaliteitsbewaking

- Het lesmateriaal is samengesteld door een ervaren vakdocent. CIVAS houdt de vakontwikkelingen bij.
- CIVAS vraagt studenten actief om feedback, zodat ze zicht houdt op de klanttevredenheid.

- CIVAS is als aanbieder van beroepsgerichte scholing geregistreerd bij het Centraal Register Kort Beroepsonderwijs (CRKBO). Opname in het CRKBO-register gebeurt op basis van een onafhankelijke kwaliteitstoets die wordt uitgevoerd door het CPION. Opname in het CRKBO-register geeft aan dat CIVAS aan de gestelde kwaliteitseisen voldoet.
- CIVAS is aangesloten bij de Nederlandse Raad voor Training en Opleiding (NRTO). De NRTO is de overkoepelende brancheorganisatie voor particuliere trainings- en opleidingsinstituten in Nederland. CIVAS conformeert zich aan de door de NRTO opgestelde Algemene voorwaarden en Gedragscode.
- Via de website zijn het studiereglement, het examenreglement en de klachtenprocedure die CIVAS hanteert door iedereen in te zien.

8. Overzicht van de lesstof

Module 1 Algemene gespreksvaardigheden en ethiek

Les 1: De relatie tussen hulpverlener en cliënt

Les 2: Gesprekstechnieken

Les 3: Motivatie en weerstand

Les 4: Ethiek en wet- en regelgeving

Module 2 Professioneel coachen

Les 5: Coaching

Les 6: Het coachproces

Les 7: Kwaliteiten, valkuilen en weerstand

Les 8: Oplossingsgericht coachen

Les 9: Oplossingsgericht coachen (vervolg)

Les 10: Rationeel-emotieve therapie

Les 11: Rationeel-emotieve therapie (vervolg)

Les 12: De creatiespiraal

9. Leerdoelen/eindtermen

Module 1 Algemene gespreksvaardigheden en ethiek

- de student heeft kennis van de grondhouding van de hulpverlener
- de student weet hoe hij de roos van Leary toepast binnen de hulpverlening
- de student heeft kennis van de verschillende basistechnieken van gespreksvoering
- de student heeft kennis van hoe mensen veranderen, de waarde van weerstand, omgaan met weerstand en technieken om weerstand te verminderen
- de student heeft kennis van ethiek en wet- en regelgeving binnen de hulpverlening

Module 2 Professioneel coachen

- de student heeft kennis van de geschiedenis van coaching
- de student heeft kennis van de basisprincipes en vormen van coaching, speciaal in relatie tot andere vormen van hulpverlening
- de student heeft kennis van de competenties van een coach
- de student heeft kennis van het coachproces
- de student heeft kennis van coaching met de interventiekaart en kernkwadranten
- de student heeft kennis van oplossingsgericht coachen

- de student heeft kennis van de toepassing van rationeel-emotieve therapie binnen coaching
- de student heeft kennis van coaching met de creatiespiraal

10. Competenties

In de opleiding leren studenten hoe ze de competenties uit het competentieprofiel zelf kunnen omzetten tot doelen. Bijvoorbeeld:

Competentie:

De coach communiceert duidelijk het verschil tussen coaching, consulteren, adviseren, training, psychotherapie en andere vormen van hulpverlening.

Doel:

Ik formuleer een definitie voor alle in de competentie omschreven hulpverleningsvormen zodat ik goed onderscheid kan maken.

Tijd:

Een week.

Omdat coaching een zelfstandig beroep is, vinden we het belangrijk dat studenten goed oefenen met het zelfstandig formuleren van doelen bij de competenties die ze willen leren beheersen. De opleiding beoogt startbekwaamheid in het vakgebied van coachen, maar het leerproces is daarmee niet voltooid. Leren hoe je zelfstandig doelen formuleert, vormt een belangrijke vaardigheid voor studenten om zich ook na de opleiding te blijven ontwikkelen. Het 'leren om te leren' door zelf doelen te formuleren, is een onderdeel van onze opleiding. Tijdens de studie kunnen studenten daarvoor natuurlijk ondersteuning ontvangen van een studiebegeleider.

1 De student beschikt over sociale en communicatieve vaardigheden.

- 1.1 De student luistert en houdt rekening met de coachee zijn zorgen, waarden en overtuigingen over wat wel en niet mogelijk is.
- 1.2 De student vat samen, herhaalt, geeft feedback en maakt effectief gebruik van oogcontact, ondersteunende gebaren, volume, spreektempo en afstand en nabijheid.
- 1.3 De student kan overdracht, tegenoverdracht en ruis in communicatie verminderen.
- 1.4 De student creëert een veilige ruimte waarin de coachee zich kan uiten.
- 1.5 De student hanteert een open houding, veroordeelt niet, accepteert, verkent, bevestigt en toont onvoorwaardelijke positieve waardering naar de coachee.

2 De student handelt volgens de beroepsethiek die gangbaar is binnen het werkveld.

- 2.1 De student is zich bewust van tegenstrijdige belangen die kunnen ontstaan tussen coachee, steunfiguren, collegae, de maatschappij en de student zelf.
- 2.2 De student kan tegenstrijdige belangen bespreekbaar maken.
- 2.3 De student is bekend met de website www.ceg.nl (Centrum voor Ethiek en Gezondheid dat werd opgericht op initiatief van voormalig minister Borst van

Volksgezondheid, Welzijn en Sport) en blijft op de hoogte van relevante informatie over ethiek en moreel debat.

- 2.4 De student is op de hoogte van indicaties en verwijst indien nodig door naar een specialist.

3 De student is in staat om een coachrelatie met de coachee op te bouwen.

- 3.1 De student stelt de coachee centraal en niet zijn agenda voor de coachee.
 3.2 De student gaat respectvol om met de coachee en zijn of haar zienswijze, leerstijl en persoonlijke voorkeuren.
 3.3 De student toont oprechte zorg voor het welzijn van coachees.
 3.4 De student maakt duidelijke afspraken en komt afspraken na.
 3.5 De student communiceert duidelijk wat hij of zij doet en waarom
 3.6 De student waardeert en biedt ruimte voor expressie van de coachee.
 3.7 De student onthoudt zich van veroordelingen, maar ondersteunt de coachee bij het onderzoeken van positieve of negatieve gevolgen van gedachten of gedrag.
 3.8 De student toont zelfvertrouwen tijdens het werken met heftige emoties, raakt niet verstrikt in de emoties van de coachee en kan tijdig de situatie sturen wanneer dat wel het geval dreigt te zijn.

4 De student beschikt over relevante (wetenschappelijke) kennis, teneinde verantwoorde praktische toepasbaarheid mogelijk te maken, zoals op het gebied van:

4.1 Grondhouding van de therapeut

- 4.1.1 Mate van directiviteit
 4.1.2 Afstand en nabijheid
 4.1.3 Overdracht en tegenoverdracht
 4.1.4 Vertrouwelijkheid
 4.1.5 Respect, betrokkenheid en onvoorwaardelijke positieve waardering
 4.1.6 Empathie
 4.1.7 De Roos van Leary
 4.1.8 Open, gesloten, suggestieve, retorische, discussie en E-in/E-ex vragen
 4.1.9 Non-verbale communicatie
 4.1.10 Slecht nieuwsgesprek
 4.1.11 De-escalerende gesprekstechnieken
 4.1.12 Socratische dialoog
 4.1.13 Omgaan met weerstand, tegenslag en acceptatie

4.2 Omgaan met weerstand

- 4.2.1 Weerstand benaderen als een onderdeel van het behandelproces
 4.2.2 Geloof in verandering bevorderen
 4.2.3 Vergroten van motivatie
 4.2.4 Positieve zelfspraak ontlokken
 4.2.5 Evocatieve vragen stellen
 4.2.6 Hoop bieden
 4.2.7 Eenvoudige en tweezijdige reflectie

4.3 Theoretische kennis

- 4.3.1 De student is bekend met de theorie van de interventiekaart.
- 4.3.2 De student is bekend met de waarde van weerstand.
- 4.3.3 De student is bekend met de theorie van kernkwadranten.
- 4.3.4 De student is bekend met het dubbelkwadrant.
- 4.3.5 De student is bekend met het computermodel van de Shazer
- 4.3.6 De student is bekend met de uitgangspunten van oplossingsgericht coachen
- 4.3.7 De student is bekend met de theorie van de creatiespiraal.
- 4.3.8 De student is bekend met paradoxen in de creatiespiraal.
- 4.3.9 De leerstijlen van Kolb.
- 4.3.10 De student is bekend met de theorie van rationeel emotieve therapie.

4.4 Praktijkgerichte interventies

- 4.4.1 De student kan werken met het COACH model.
- 4.4.2 De student kan werken met het GROW model.
- 4.4.3 Een kernkwadrant opstellen.
- 4.4.4 Een dubbelkwadrant opstellen, interactiepatronen blootleggen en positief bijstellen.
- 4.4.5 De student kan werken van de uitgangspunten van oplossingsgericht coachen.
- 4.4.6 De student kan hoop creëren.
- 4.4.7 De student kan oplossingsgericht coachen volgens het protocol van de Shazer.
- 4.4.8 De student kan werken met de creatiespiraal.
- 4.4.9 De student kan werken met de leerstijlen van Kolb.
- 4.4.10 De student kan werken met rationeel-emotieve therapie.
- 4.4.11 De student kan een situatie in kaart brengen met het ABC schema.
- 4.4.12 De student kan gebruik maken van cognitieve uitdaagtechnieken.
- 4.4.13 De student kan gebruik maken van emotionele uitdaagtechnieken.
- 4.4.14 De student kan gebruik maken van gedragsmatige uitdaagtechnieken.
- 4.4.15 De student kan zelfstandig doelen formuleren aan de hand van competenties.

5 Coachvraag

- 5.1 De student kan de coachvraag achterhalen.
- 5.2 De student herkent belangrijk informatie.
- 5.3 De student kan in overleg kiezen aan welke coachvraag de coachee als eerste wil werken indien er meer dan een coachvraag is.
- 5.4 De student maakt onderscheid tussen hoofd- en bijzaken tijdens de probleeminventarisatie.
- 5.5 De student onthoudt zich van het uitvoeren van analyses.
- 5.6 De student kan verhoudingen tussen levensgebieden in kaart brengen.
- 5.7 De student kan ontwikkelingsconflicten in kaart brengen.
- 5.8 De student kan belangrijke persoonlijke waarden in kaart brengen.

6 Conclusies trekken en consequenties inschatten

- 6.1 De student trekt op basis van informatie van de coachee realistische conclusies en onderbouwt de redenering met feiten.
- 6.2 De student schat de capaciteiten, ontwikkelingsleeftijd en (on)mogelijkheden van de coachee goed in.
- 6.3 De student kan op basis van informatie van de cliënt suggesties doen over mogelijke werkzame interventies.
- 6.4 De student benoemt de consequenties van verschillende uitkomsten en de voor- en nadelen van mogelijke interventies.

7 Coachtraject

- 7.1 De student stelt in overleg met de coachee een passend coachtraject op.
- 7.2 De student stelt een coachtraject op waarin duidelijke schriftelijke afspraken worden gemaakt.
- 7.3 De student evalueert tussentijds het coachtraject en past indien nodig het traject in samenspraak met de coachee aan.
- 7.4 De student werkt methodisch volgens het coachtraject, maar kan flexibel afwijken waar dat de coaching ten goede komt.
- 7.5 De student kan een eindevaluatie en follow up uitvoeren.