

# Opleiding Inspirerend Coachen

*de kunst van  
dynamisch en uitdagend  
communiceren*

**in GENT en MECHELEN en HASSELT**

data op blz. 2 en 3



**Interessante subsidiemogelijkheden! Zie verder...**

## **GRATIS KENNISMAKING: AVONDLEZING INSPIREREND COACHEN**

**MECHELEN:** dinsdag **11 september** (17:15-18:45) in Reiscafe VIAVIA, Zandpoortvest 50, Mechelen  
Aanmelden via email: [info@centerforselfmanagement.com](mailto:info@centerforselfmanagement.com)

[www.centerforselfmanagement.com](http://www.centerforselfmanagement.com)

De opleiding Inspirerend Coachen is een opleiding voor iedereen die 'inspirerend coachen' wil integreren in zijn manier van werken met anderen: als leidinggevende, collega, adviseur/consulent, begeleider of als professionele coach. De opleiding bestaat uit een basismodule en een vervolgmodule, waarvoor je afzonderlijk kunt inschrijven.

1. **De vijfdaagse basismodule** staat open voor **iedereen** die een stevige basis wil ontwikkelen om een aanpak 'inspirerend coachen' in de vingers te krijgen.
2. **De tiendaagse vervolgmodule 'Meesterschap'** daagt je als coach in wording uit om je aanpak te verdiepen en te verfijnen, een instrumentarium te verwerven om ook moeilijker leervragen te coachen en daarbij je eigen stijl als coach te ontwikkelen.

**Coaching** is een krachtig instrument om resultaten te verbeteren, communicatie en samenwerking te optimaliseren, dynamiek en enthousiasme te bevorderen, ideeën te genereren, een andere aanpak te ontwikkelen, meer werkplezier te creëren...

Ook in organisaties en bedrijven is de meerwaarde van coaching doorgedrongen. Deze opleiding biedt je de mogelijkheid om je coachingsvaardigheden te ontwikkelen. We leggen het accent niet enkel op '**goed coachen**' (d.w.z. vaardig en gericht op resultaten). We gaan systematisch in op wat het verschil maakt tussen een goede coach en een **inspirerende coach** (d.w.z. gericht op het ontwikkelen van 'drive' en enthousiasme).

Aandacht gaat naar het leren coachen op een eenvoudige manier, zonder ingewikkelde hulpmiddelen, direct en vanuit jezelf. Sleutels daartoe zijn onder meer: een authentieke coachingsrelatie opbouwen en je eigen mogelijkheden ten volle (durven) inzetten.

Coachen leer je al doende: aan deze opleiding deelnemen betekent "meteen in het bad springen". We bieden een ervaringsgerichte opleiding aan, waar je vanaf dag één tal van oefenkansen krijgt en feedback.

Hierbij krijg je ook achtergrond en theoretische kaders die ons als coaches kunnen inspireren. We voorzien leesteksten voor de opleiding en stimuleren de deelnemers om bijkomende bronnen aan te boren.

## 1. BASISTRAINING: de grondslagen van Inspirerend Coachen

10 dagdelen, gespreid over 5 opleidingsdagen

### Uit de inhoud:

- We oefenen in de **basisvaardigheden** van een coach:
  1. *Explorerende vaardigheden*  
Hoe maak je van 'vragen stellen' een krachtig middel om leren te stimuleren? Wat is de verhouding tussen vragen stellen en advies geven? Exploreren vanuit belangstelling.
  2. *Bekrachtigende en Confronterende vaardigheden*  
Wat is bekrachtigen, wat is betrokken confronteren en hoe doe je dat op een gezonde en open manier?
  3. *Inspirerende en Uitdagende vaardigheden*  
Hoe inspireer je als coach tot een frisse kijk, tot nieuwe benaderingen, tot een nieuwe innerlijke dynamiek en kracht bij je medewerker? Hoe daag je iemand zó uit, dat een nieuwe 'drive' ontstaat?
  4. *Ruimte geven en ontspannen*  
Hoe creëer je een ontspannen leerklimaat? Hoe geef je ruimte aan weerstand en moeilijkheden?
- We leren **structuur** brengen in een coachingsgesprek, zodat coaching niet verwatert tot 'het er even over hebben...'
- We bekijken coaching als **instrument** bij leidinggeven en begeleiden: Hoe kan een leidinggevende al coachend zijn impact op de kwaliteit van het werk en op het welbevinden van zijn medewerkers verhogen? Hoe kun je van dagdagelijkse interventies coachende tussenkomsten maken? Coaching als ondersteunend instrument bij effectieve delegatie.

Het resultaat van deze basisopleiding is dat je een coachingsgesprek vakkundig kunt structureren. Je hebt de basisvaardigheden van coaching verkend en ingeoeft: exploreren, betrokken confronteren en inspireren. Je kan vaardig coachend tussenkomen en van vragen stimulerende leerervaringen maken.

### 5 dagen van 9:00 tot 17:00. Data:

**Mechelen:** 20-21 sept, 18-19 okt, 22 nov 2018

**Hasselt:** 4-5 okt, 5-6 nov, 3 dec

**Gent-Zwijnaarde:** 8-9 okt, 8-9 nov, 7 dec 2018

**Mechelen:** 12-13 nov, 10-11 dec 2018, 14 jan 2019

**Prijs:** 2175,00 euro (excl. BTW), inclusief documentatie. Catering apart te betalen (de hele dag drank en versnaperingen, warme lunch en drank bij lunch): 125,00 euro (excl. BTW).

Subsidiemogelijkheden en tegemoetkomingen: zie volgende blz.

### COMMENTAREN van oud-deelnemers:

- "ik wou leren, ik heb geleerd ... het heeft me geraakt"
- "authenticiteit van de trainers, gefundeerd op brede ervaring – enthousiast en betrokken – zeer echt"
- "grote diepgang, met de juiste handvaten voor de praktijk – zeer blij met de opleiding – indringend"
- "ik draag dit altijd in mijn 'rugzak' bij me - werkelijk nieuwe inzichten opgedaan, ook voor mijn privé-leven"
- "interactie, theorie en praktijk wisselen elkaar af in goeie dosering – heel bruikbaar en praktisch"
- "persoon van de lesgever is een inspiratiebron, sterk vertrouwen scheppend en uitnodigend"
- "frisse manier van omgaan met de cursisten: een voorbeeld van coachende aanpak"
- "zeer professioneel, trainers met grote bagage, interactief, inspirerend – ik heb 'goesting' gekregen"
- "zeer goede begeleiding, waarderen – sterke link met eigen praktijk – zeer toepasbaar"

## **2. VERVOLGTRAINING: MEESTERSCHAP Inspirerend Coachen**

**20 dagdelen, gespreid over 10 opleidingsdagen**

In de vervolgtraining ontwikkelen we meesterschap. We dagen je uit om je eigen stijl te ontwikkelen.

### **Uit de inhoud:**

- Je aanpak als coach **verbreden en differentiëren**: exploreren, ondersteunen, stimuleren, uitdagen en provoceren...
- Een **brede waaier aan empathische en confronterende** tussenkomsten ontwikkelen.
- **Diverse bronnen van inspiratie ontdekken, aanboren en verkennen.**
- Je **eigen innerlijke inspiratie** als coach verder ontwikkelen en inzetten als instrument in je coachinggesprekken. Coachen naar **kracht**.
- **Waarop coach je**: gedrag, vaardigheden, overtuigingen, waarden, persoonsniveau, zijnsniveau? Wat bepaalt je insteek?
- **Werken met 'instrumenten' en actieve (speelse) leervormen.**
- Een **competentiegerichte aanpak** bij coaching: Hoe leerprocessen opzetten voor specifieke competenties? Zijn er **grenzen** aan leren en competentie-ontwikkeling?
- **Inzicht in leren en leerprocessen**: Hoe verloopt een leerproces? Welke voorwaarden moeten vervuld zijn om leren goed te laten verlopen? Hoe kan je leren stimuleren?
- Hoe **leerweerstand en emotionele hindernissen** hanteren? 'Vastgelopen' leerprocessen **deblokken**.
- Hoe van **mislukkingen winstpunten** maken? **Mogen falen** als essentiële voorwaarde bij leren.
- De **opbouw van een leertraject**: Hoe zet je een goed leertraject op? Toewerken naar concrete afspraken voor het oefenen 'on the job': wat zijn goede oefensituaties, wat zijn goede oefeningen?

**Data?** 10 dagen gespreid over 5 modules: in **Mechelen** op 22-23 okt, 26-27 nov, 15-16 jan 2019, 18-19 feb, 18-19 maart. Certificering (optioneel): 3 april  
De daaropvolgende vervolgtraining start in Mechelen op 21 februari 2019.

**Prijs?** Cursusgeld 4350,00 euro (excl. BTW), inclusief documentatie. Catering: (de hele dag drank en versnaperingen, warme lunch en drank bij lunch): 250,00 euro (excl. BTW) voor 10 dagen. Certificering (optioneel): 600,00 euro (excl. BTW).

Wie eerder een basistraining over coaching volgde in een ander instituut, kan eventueel onmiddellijk starten in de vervolgmodule. Dit wordt in een intakegesprek samen besproken en beslist.

### **Prijs bij deelname aan het hele traject (basismodule + vervolgmodule):**

Wie voor beide trajecten ineens inschrijft, krijgt 300 euro korting en betaalt 6225,00 euro (excl. BTW) als cursusprijs voor beide cursussen samen. Catering 375,00 euro (excl. BTW) voor 15 dagen, en certificering (optioneel) 600,00 euro (excl. BTW).

---

### **SUBSIDIES EN TEGEMOETKOMINGEN: meer dan de moeite waard om aan te vragen!**

**KMO's en vrije beroepen** kunnen subsidie aanvragen bij het Vlaams Gewest: 40% van de deelnameprijs wordt terugbetaald! Wij zijn erkend als dienstverlener (opleidingscheques) onder nummer DV.O105486. Zie [www.kmo-portefeuille.be](http://www.kmo-portefeuille.be)

**Werknemers** in loopbaanbegeleiding kunnen een (kleine) subsidie aanvragen via [www.vdab.be/opleidingscheques](http://www.vdab.be/opleidingscheques)

**Zelfstandigen en deelnemers die privé inschrijven**: aarzel niet als je moeilijk kunt betalen en overleg met ons over een tegemoetkoming. Tel. +32 485 640122 of [info@centerforselfmanagement.com](mailto:info@centerforselfmanagement.com)

# Wat is Inspirerend Coachen ?



## Inspirerend Coachen kan betekenen:

- Een nieuw perspectief bieden, een breder gezichtspunt aanreiken, uitdagen tot andere denkkaders
- Helpen ontspanning creëren waar spanning het uitzicht vertroebelt
- Een nieuwe dynamiek, 'ademruimte' en durf creëren
- De weg terug vinden naar kracht en beslistheid. 'Drive' en enthousiasme ontwikkelen

## Inspiratie kan ontstaan vanuit:

- Werkelijk aandacht geven en daardoor 'anders' kijken naar jezelf, het probleem, de situatie
- Krachtige feedback en gezond omgaan met hindernissen en 'weerstand'
- Aanspreken op enthousiasme, vanuit een basisattitude van humor en ontspanning

## Coachen: een nieuwe uitdaging

Een leidinggevende heeft **niet enkel een sturende rol** te vervullen, maar wordt ook steeds meer **de coach van zijn team**: hij moet niet enkel de doelstellingen in het oog houden en de werkorganisatie daarop richten, maar ook oog hebben voor de aanwezige en ontbrekende bekwaamheden en talenten in zijn groep.

Daarnaast zien we dat in organisaties en bedrijven steeds meer een nood aan **personal coaching** ontstaat: door het snelle veranderingstempo en de continue wisselingen in jobs en jobinhouden is er een groeiende behoefte aan begeleiding en ondersteuning om de druk van die veranderingen de baas te kunnen.

Ook HR-medewerkers, loopbaanbegeleiders, adviseurs en consultants worden vaker geconfronteerd met de uitdaging om mensen te ondersteunen in hun leren en ontwikkeling. Een eenvoudig 'advies' ligt dikwijls niet meer voor de hand. **Coachend tussenkomen** kan hier een belangrijke hefboom zijn.

- **Trainer:** Jef Clement (auteur van *Inspirerend Coachen* en van *Iedereen Coach!* Co-auteur van *Leidinggeven zonder Bevelen*. Uitg. LannooCampus). Bij grotere groepen werkt Jef samen met ervaren coaches.
- **Waar?** Mechelen, ViaVia, Zandpoortvest 50. Beervelde: Leercentrum. Hasselt: Huis Vanstraelen.
- **Vragen?** Jef Clement: +32 (0)485-640122. **Inschrijven?** Telefonisch, via de website of via email
- Naast deze open opleidingen verzorgen wij ook **bedrijfsinterne opleidingsprogramma's op maat**.

**Internationale Certificering** door ICF. Onze opleiding is opgebouwd rond de 11 coaching competenties, die door de Internationale Coach Federatie zijn gedefinieerd. Deze opleiding biedt een goede basis om je als coach te laten certificeren door ICF. Voor meer informatie en voorwaarden: zie [www.coachfederation.org](http://www.coachfederation.org).