

drs. Heleen van Ommeren
Refleks
Valeriusstraat 161 hs
1075 EV AMSTERDAM
06 - 51 57 13 35
h.van.ommeren@hetnet.nl
www.heleenvanommeren.nl

drs. Nikki Verburg
AVERZ
Egmonderstraat 35
2201 RK NOORDWIJK
06 - 51 51 96 20
Averz@planet.nl



Lichaamsgerichte Coach Opleiding



Voor wie

Ben je op zoek naar een coachopleiding die meer biedt dan technieken? Een opleiding die je leert werken vanuit je hart met oog voor werkelijke, effectieve verandering in gedrag? Een opleiding die je in contact brengt met compassie voor jezelf en de cliënten waar je mee werkt en die je de gelegenheid biedt je zowel professioneel als persoonlijk te ontwikkelen? Dan is deze opleiding wat je zoekt.



De opleiders

Heleen van Ommeren en Nikki Verburg hebben beiden jarenlange ervaring in coaching van verschillende doelgroepen. Daarnaast zijn zij ervaren trainers en opleiders. Zo hebben zij diverse persoongerichte trainingen en opleidingen ontwikkeld, waaronder een 'train the trainer' opleiding en een opleiding tot loopbaanadviseur. Beiden hebben na hun academische opleiding onder andere een opleiding tot coach en een lichaamsgerichte psychotherapie opleiding gevolgd. Methodieken die een rol spelen in hun werk zijn: lichaamswerk (core energetica), meditatie, NLP, systeemdenken, Gestalt, psychodrama en mindfulness.

Zij hebben allebei een bureau voor coaching, training en advies.

Voor meer informatie kunt u contact op nemen met

drs. Heleen van Ommeren
Refleks
Valeriusstraat 161 hs
1075 EV AMSTERDAM
06 - 51 57 13 35
h.van.ommeren@hetnet.nl
www.heleenvanommeren.nl

drs. Nikki Verburg
AVERZ
Egmonderstraat 35
2201 RK NOORDWIJK
06 - 51 51 96 20
Averz@planet.nl



Groepsgrootte

Tussen 6 en 15 deelnemers

Data

3 en 4 oktober

28 en 29 november

30 en 31 januari

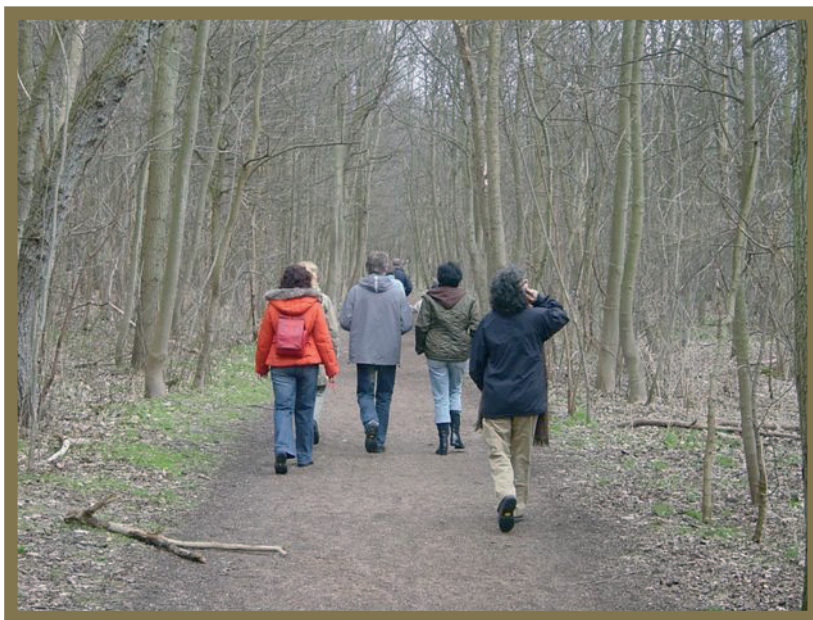
20 en 21 maart

15 en 16 mei

Kosten

€ 3500,00 inclusief begeleidde intervisie bijeenkomsten.

Exclusief verblijfskosten.



Uitgangspunt en visie

Uitgangspunt van de opleiding is dat coach en gecoachte niet wezenlijk van elkaar verschillen. Niets menselijks is ook een coach vreemd. Met andere woorden coachen is voor ons een ontmoeting tussen twee mensen waarbij men samen op zoek gaat naar het vergroten van de mogelijkheden om met (lastige) situaties om te gaan.

We werken vanuit een holistische mensvisie. Dat wil zeggen we zien de mens als een geheel van geest, gedachten, lichaam en emoties. Door ook het lichaam te betrekken in de coaching ervaart de cliënt zijn situatie in plaats van dat hij zijn situatie bedenkt. Deze ervaring is nodig voor inzicht in de vraagstelling en werkelijke, blijvende verandering van gedrag. Met andere woorden wij combineren methodieken en inzichten vanuit lichaamsgerichte therapie met methodieken en inzichten vanuit training en advieswerk.

Wat is het voor opleiding

Het is vooral een opleiding tot coach. Tijdens de opleiding krijgen deelnemers verschillende theoretische kaders aangereikt voor het werken met cliënten. Ook aan het vormgeven van het traject wordt aandacht besteed. Het belangrijkste onderdeel is het zelf ondergaan en oefenen met diverse coachtechnieken. In die zin is het ook een jaartraining waarin de cursisten zich persoonlijk kunnen ontwikkelen. Een professional die wil werken met mensen die groeien, moet zelf ook willen groeien en ervaren. Dus is bij de opzet gekozen om cursisten eerst zelf ervaring op te laten doen met de oefeningen en daarna deze te leren toepassen. De coach in opleiding ondervindt op deze manier zelf het proces dat toekomstige cliënten doorlopen. Vanuit deze ervaring is het voor een coach mogelijk vanuit zijn hart en met compassie te werken.

Opzet

De basis opleiding duurt een jaar en bestaat uit 5 blokken van 5 dagdelen. Tussen de blokken door komen de cursisten bij elkaar in oefengroepen waarbij ze oefenen met de behandelde technieken. De cursisten coachen elkaar zodat iedereen ervaring opdoet als coach en als gecoachte gedurende het jaar. Daarnaast zijn er ook intervisie groepen waarin de cursisten elkaar helpen bij de vraagstukken waar men in de praktijk tegen aanloopt. De opleiding wordt afgesloten met een schriftelijke opdracht. Na het basis jaar is het mogelijk een tweede jaar te volgen met supervisie en verdiepingsweekenden.

Programma

1e blok Wat is coaching

Thema: In dit weekend wordt inhoud gegeven aan het vak van coaching: wat is coaching, het verschil tussen therapie, coaching en advies, wat zijn drijfveren van cursisten om coach te worden, welke kwaliteiten kunnen worden ingezet als coach.

2e blok Contact

Thema: De basis om te komen tot een effectief coachtraject is contact. Een coach zal in staat moeten zijn met zeer diverse mensen contact te maken. Dit blok behandelt verschillende manieren van contact maken en bronnen van 'ruis', ervaren wat men zelf wel en niet met contact wil en kan, leren vorm geven aan eigen talent en hoe dit in te zetten in de coachpraktijk.

3e blok Cliënt herkenning

Thema: Cliënten verschillen van elkaar met betrekking tot de coachvraag, maar vooral in de wijze waarop ze omgaan met hun problemen. Om effectief te kunnen coachen heeft de coach inzicht in en herkenning van patronen nodig. Dit blok leert cursisten onder andere patronen te herkennen en manieren om de cliënt uit te nodigen om uit dit patroon te stappen.

4e blok In beweging komen en beweging creëren

Thema: cliënten willen van hun probleem af. Toch blijkt het in de praktijk vaak lastig voor cliënten om in beweging te komen. In dit blok wordt onderzocht hoe dit komt en welke interventies de coach kan gebruiken om de cliënten te ondersteunen bij het veranderen.

5e blok Omgaan met weerstand

Thema: In dit blok worden de technieken voor het omgaan met weerstand verder uitgewerkt. Daarnaast wordt aandacht besteed aan afronding van trajecten en afscheid nemen.

