

# PROFESSIONAL COACH PROGRAM

CREATE SHIFTS IN PERFORMANCE, MINDSET & IDENTITY



**COACHING  
THE SHIFT**  
TOWARDS ORGANIZATIONAL HEALTH

## Professional Coach Training Program

De wereld is volop in verandering, we zien een shift van een "Ik" gerichte naar een "Wij" gerichte maatschappij ontstaan. De coachende vaardigheden en attitude zijn cruciaal om deze omslag waar te maken.

Wil je anderen ondersteunen hun talenten aan te boren, eigenaarschap op te nemen, om zo te bouwen aan sterkere relaties, betere resultaten en gezondere organisaties?

Wil je investeren in een deskundige en gecertificeerde opleiding tot professionele coach? Schrijf je dan in voor het 'Professional Coach Training Program' en word een coach die onpartijdig en onbevooroordeeld meekijkt, meedenkt, luistert en uitdaagt!

Doorwinterde ICF gecertificeerde coaches begeleiden je met veel enthousiasme en liefde voor het vak. In iedere reeks kunnen slechts twaalf deelnemers instappen.

Door te kiezen voor een relatief kleine groep, krijgt iedereen de volle aandacht van beide trainers. Ieder voelt zich veilig genoeg om op een open en eerlijke manier te praten over eigen ervaringen en om te delen wat wel en wat niet werkt.

We promoten actief experimenteren gedurende de trainingdagen en ondersteunen je, ook tussen de opleidingsdagen door.



TOWARDS ORGANIZATIONAL HEALTH

## Programma

Het Professional Coach Training Program is een 22 daags programma dat uit 2 deeltrajecten van 11 dagen bestaat.

Na het volgen van het eerste deel: 'Performance coaching' ondersteun je de coachee om op een doelgericht manier nieuwe competenties te ontwikkelen en zo zijn gewenste resultaat te bereiken. Na het volgen van het tweede deel: 'Breakthrough coaching' begeleidt je de coachee om beperkende denkkaders te overstijgen en bewuste keuzes te maken, afgestemd op zijn eigen waarden.

## Doelgroep

Managers, teamleaders, HR professionals en allen die de meerwaarde zien van coaching in de bedrijfscontext en daar- buiten.

## Erkend programma



Wij zijn er trots op dat dit programma door de International Coach Federation (ICF) tot 'gecertificeerd coach programma' op level 2 (PCC) werd erkend, en wij in hun naam screenings mogen doen.

ICF is de grootste internationale beroepsvereniging voor coaches die deze erkenning enkel toekent aan organisaties die aan zeer strikte kwaliteitscriteria voldoen. Met dit label op jouw certificaat verhoogt jouw credibiliteit als professionele coach aanzienlijk en onderscheid je je in de markt.

Dit programma is mede geïnspireerd door concepten uit: Neuro-wetenschappen, Systemisch denken, Neuro Linguïstisch Programmeren, Transactionele Analyse', Psychologie van Jung, Geweldloze Communicatie, 'Transformational Presence', Conversational Intelligence', Epigenetica, ...



## Programma /

### DOELSTELLINGEN

- Als coach werken binnen de ethische code van het International Coach Federation (ICF). De klant is de echte expert van zijn of haar leven en werk en is van nature uit creatief en vindingrijk om tot zijn eigen oplossingen voor zijn gestelde doelen te komen.
- Met deze filosofie in het achterhoofd, is het de verantwoordelijkheid van de coach om: de wensen van de klant te achterhalen, uit te diepen en te ondersteunen; de klant te stimuleren om zichzelf te ontdekken; de klant zelf tot oplossingen en strategieën te laten komen; de klant de volledige verantwoordelijkheid en rekenschap op zich te helpen nemen.
- Alle 8 ICF competenties beheersen welke leiden tot een professionele invulling van het coaching beroep. Per opleidingsblok worden specifieke clusters van coaching competenties uitgewerkt.
- De coach leert om te werken binnen de basiswaarden opgesteld door het ICF: ethiek, confidentialiteit, eigen verantwoordelijkheid, eigenaarschap, zelfsturing en zelfkennis.
- Naast training, zorgen geobserveerde coaching sessies voor de nodige oefenmomenten en de feedback hierop zorgt voor continue feedback in het leerproces van de coach.
- De mentor-coach uren zijn bedoeld om de eigen ontdekte patronen als coach in te brengen om daarop een gezamenlijk reflectieproces te initiëren.
- Als coach leren om eigenaarschap op te nemen voor het eigen leerproces door regelmatig professionele reflectiemomenten in te bouwen.



## Programma /

### LEERRESULTATEN

De beoogde resultaten van deze opleiding zijn volledig gelinkt aan de beschreven 8 ICF coaching competenties. Aan het einde van dit programma zal de deelnemer onder meer geleerd hebben om :

- Een contextueel kader te zetten waarin scherp gesteld wordt wat de coachee van een coaching traject al dan niet kan verwachten.
- De rollen en verantwoordelijkheden van alle betrokken partijen in een coaching traject helder te beschrijven.
- Hoe een vertrouwensrelatie gebaseerd op respect en begrip op te bouwen.
- Hoe diep te luisteren naar wat de coachee zegt en niet zegt vanuit een flexibele en neutrale luisterhouding.
- Onderliggende patronen in gedachten, gevoel en gedrag leren herkennen, spiegelen en bevragen zodat er meer bewustwording ontstaat in hoe de klant zijn doel kan bereiken.
- Zichzelf als belangrijkste tool in te zetten om bewustwording te laten ontluiken.
- Krachtige vragen te stellen die leiden tot méér inzicht bij de coachee.
- Verschillende technieken om de denkwereld van de coachee te confronteren.
- Een actieplan te ontwerpen in partnership met de coachee.
- Inzicht te hebben in de verschillende stadia die zich voordoen in een leerproces.
- Methodes aan te reiken die voor opvolging en borging van de gedane inzichten en gedragsveranderingen zorgen.
- De eigen professionele reflectie op gang te houden vanuit een nieuwsgierige houding om continu te leren en te ontdekken.
- De deelnemer zal naast zijn professionele evolutie als coach ook zelf als mens een grotere bewustwording hebben over zichzelf. Het is beslist een onvergetelijke ervaring welke leidt tot een ongelofelijke groei en verruiming als mens.



## Programma /

### AANPAK & PEDAGOGIE

Wij vinden het belangrijk om een goed evenwicht te brengen tussen de verschillende leervormen en zorgen voor afwisseling in de verschillende methodieken. Je wordt uitgedaagd om alle leerstijlen in te zetten zodat je maximaal kunt oogsten.

- Zo werken we o.a. met : video opnames, live-demonstraties , gerichte oefeningen, rollenspelen, brainstorm oefeningen, creatieve technieken, wandeloefeningen, ...
- Doorheen het traject dien jij 4 opnames in van een coachgesprek. Deze opnames worden in subgroepen besproken en vergeleken met de standaard van ICF. Hiervoor kan je rekenen op een coachende attitude van de trainer/coaches: een duidelijke feedback met een hart voor de deelnemers.
- Er worden regelmatig reflectie momenten ingebouwd , al dan niet individueel waarin je uitgenodigd wordt om zowel op vlak van inhoud als op vlak van je professionele evolutie als coach stil te staan. Deze inzichten kan je later inbrengen tijdens de mentor- coaching sessies.
- Je hebt toegang tot ons online leerplatform. Je vindt er de powerpoint presentaties verdiepende teksten, achtergrondinformatie, pre-readings en andere voorbereidende opdrachten.
- Tussen de verschillende blokken door coachen jullie elkaar en oefenen hierbij specifieke technieken en/of modellen in. Reken op zo'n 3 uur per trainingsblok.



# PERFORMANCE COACHING

## INHOUD

### BLOK 1

Na dit blok zal de deelnemer over alle basis elementen beschikken om coachingsgesprekken te voeren. De kadering van een gesprek, de basishouding van de coach, de essentiële afspraken die dienen gemaakt te worden om te starten zullen gekend zijn.

Daarnaast zijn enkele basistools geoefend zoals o.a. een model om het coaching gesprek te structureren en een beschrijving van de te ontwikkelen competenties als coach. De coach is klaar om zijn eerste stappen in coaching te zetten!

#### Dag 1: Het coaching kader in de business context

- Analyse van de persoonlijke coaching opnames
- Coaching volgens de Internationale Coach Federatie
- De rol en competenties van de individuele coach
- De voordelen van werken met een externe versus interne coach
- Het belang van kaderzetting binnen coaching

#### Dag 2: Voluit aanwezig zijn - Het geheim van succesvolle coaching

- De kwaliteit van 'zijn'
- Het spel van intentie - attentie - alertheid en ontvankelijkheid
- Het activeren van je (zelf)observator
- Uit het oordeel blijven
- Jezelf inzetten als tool

#### Dag 3: 'SHIFT!' om het coaching gesprek structureren

- De gewenste 'shift' in kaart brengen
- Visualiseren van wat zich wil ontvouwen
- SHIFT! - model om ontwikkeling te stimuleren
- Blokkades identificeren
- Anticiperen op succes en eigenaarschap over het eigen groeiproces

## BLOK 2

Na dit blok zal de deelnemer de kernvaardigheden van de coach ontwikkeld hebben. Deze competenties zijn de luistervaardigheden en het stellen van krachtige vragen.

De deelnemer zal deze tools in een concrete context zoals het voeren van intake gesprekken geoefend hebben. Hierdoor zal het vertrouwen in de opstart van een coaching traject toegenomen zijn en een drempel om op te starten weggenomen zijn.

### Dag 4: De kunst van 'diep' luisteren

- Verschillende dimensies van luisteren
- Het effect van luisteren op de vertrouwensrelatie
- Omgaan met ruis bij jezelf en bij de coachee
- De essentie horen en spiegelen
- De kracht van de stilte ervaren

### Dag 5: Krachtige vraagstelling

- Vragen die bewustzijn verruimen
- Verdoken informatie boven water halen
- Krachtige vragen doorheen de verschillende fasen van het coach gesprek
- Vragen die blokkades overstijgen
- Toekomstgerichte vragen die leiden tot eigenaarschap

### Dag 6: Het intakeproces tijdens coaching

- Helder krijgen van de doelstellingen op korte en lange termijn
- Gedeelde verantwoordelijkheid creëren voor de gewenste shift
- Inzoomen en uitzoomen als coach
- Het parallel proces tijdens de intake
- Nuttige informatie verzamelen voor de opmaak van het coachingscontract



### **BLOK 3**

Na dit blok ben je bekwaam om een traject van A tot Z te begeleiden als coach, tot op het niveau van gedrag en competenties. Vanuit je voluit aanwezig zijn pik je de thema's op die werkelijk spelen en weet je hoe de coachee te begeleiden op zijn weg naar succes.

De deelnemer zal leren om de coachee op een respectvolle doch krachtige wijze te confronteren. Hij zal de vaardigheid van het grenzen stellen, van te matchen en mismatchen en van feedback te geven geoefend hebben. Deze competentie biedt een aanzienlijke meerwaarde aan de resultaatgerichtheid in coaching.

#### **Dag 7: Gezonde grenzen stellen in coaching**

- Het ontstaan van grenzen
- Soorten grenzen en voorbeelden van verbonden patronen
- Methodes om grenzen te zetten
- Herkennen van je eigen grenzen
- De kracht van mismatchen

#### **Dag 8: Confronteren in coaching**

- Definities en technieken om te confronteren
- Herkaderen in al haar vormen
- Spelen met vooronderstellingen
- Het coachen van blinde vlekken
- Feedback versus kritiek

#### **Dag 9: Resultaatgerichtheid in coaching**

- Inzichten vertalen in concrete doelstellingen
- De niveaus van verandering
- Coachen op niveau van competenties via verschillende technieken
- Actieplannen opmaken en anticiperen op mogelijke hindernissen
- Eigenaarschap aanwakkeren en zelf opvolging stimuleren

# BREAKTHROUGH COACHING

## INHOUD

### BLOK 4

Na dit blok heeft de coach zicht op de diepere dynamieken welke spelen in het denken - voelen en doen van de mens. Hij zal begrijpen hoe onze gedachten ervoor zorgen dat we iets doen of net niet doen. De coach zal clusters van overtuigingen herkennen, scherp stellen en de impact op het huidige functioneren bevragen.

#### Dag 10: Onbewuste denk programma's leren herkennen

- Metaprogramma's : Onbewuste filters waarmee we naar de wereld kijken
- Soorten metaprogramma's
- In kaart brengen van je eigen metaprogramma's
- De impact van jouw persoonlijke programma's
- Clusters van programma's onder de loep (perfectionisme & uitstelgedrag)

#### Dag 11: Coachen op niveau van overtuigingen: overtuigingen herkennen

- Onderscheid vooronderstellingen en overtuigingen
- Overtuigingen detecteren en herkennen
- Overtuigingen op de verschillende logische niveaus
- Processturing om overtuigingen te leren spiegelen

#### Dag 12: Coachen op niveau van overtuigingen: overtuigingen ontkrachten

- De wetenschap over het natuurlijk evolutieproces van overtuigingen
- Krachtige vragen stellen om bewustwording te creëren
- Diverse methodes om belemmerende overtuigingen te ontkrachten
- Integratie oefeningen

## BLOK 5

In dit blok ben je bewust over je eigen waarden en overtuigingen en hoe deze het coachgesprek beïnvloeden. Je kunt beperkende overtuigingen kantelen naar vermogende overtuigingen en inspireert de coachee tot nieuwe ervaringen zodat de vermogende overtuigingen verankerd worden in het lichaam.

### Dag 13: Waardengericht coachen

- Verbinding criteria, waarden en overtuigingen
- Het opmaken van waarden ladders
- Herkaderen van waarden
- Mijn waarden als coach en het effect op mijn coachingsgesprekken
- Wat zijn kernwaarden en universele waarden en hoe kan je deze benutten in coaching

### Dag 14: Coachen op niveau van overtuigingen: vermogende overtuigingen bouwen

- Verdieping rond de structuur van vermogende overtuigingen
- Processturing bij het coachen op niveau van overtuigingen
- Meta communicatie inzetten
- Inzichten in de eigen overtuigingen als coach en de mechanismen van (tegen)overdracht

### Dag 15: Coachen op niveau van overtuigingen : verankering

- Coachee bekrachtigen in zijn waarden en overtuigingen
- Anticiperen op succes door onderliggende kernovertuigingen vast te nemen
- Verankeren van nieuwe overtuigingen in het lichaam (body-mind connectie)
- Integratie oefeningen

## BLOK 6

In dit blok ontdek je hoe emoties tot stand komen en wat ze vertellen over jouw kernwaarden. Je leert coachen op niveau van identiteit. Je presenteert hoe dit traject jou als mens heeft beïnvloed en hoe je jouw persoonlijk groeiproces zult bestendigen.

### Dag 16: Omgaan met emoties bij jezelf en de ander

- Exploratie van de basisemoties en hun signaalfunctie
- Emoties verwelkomen, reguleren en bevragen
- Geweldloos communiceren over onze emoties
- De dramadriehoek
- Emoties in veranderingsprocessen

### Dag 17: Coachen op niveau van identiteit – zelfbeeld

- Zelfconcepten en de uitnodiging om de mens in zijn geheel te zien
- Exploratie van kernovertuigingen verbonden aan onze zelfconcepten en topwaarden
- Werken met delen
- Reflecties over het eigen leerproces en zijn identiteit als coach

### Dag 18: Zelfreflectie als coach

- Presentaties deelnemers: Mijn groeiproces als coach
- Oefeningen rond persoonlijke bekrachtiging
- Methodes om het leerproces op gang te houden
- Afsluiten van een coaching traject

## CERTIFICATIE

Dit blok is het laatste blok van het ICF erkende programma tot gecertificeerde coach op level 2 (PCC). Iedere coach deelt de belangrijkste inzichten en shifts in manier van denken-doen-voelen die ontstaan zijn naar aanleiding van dit traject. Iedere coach doet een certificatie oefening en wordt gescreend volgens de criteria van ICF.

### Dag 19 en 20: Certificatiedagen

- Kennis en inzicht worden getest door middel van een schriftelijke test
- De coaching attitude en vaardigheden worden getest tijdens een live coaching sessie

## Geobserveerde coaching gesprekken

Naast de trainingsdagen omvat dit traject 4 verplichte halve dagen supervisie in groep waar coaches van elkaar kunnen leren. Tijdens de supervisie krijgt ieder de kans gedurende 30 minuten een collega te coachen onder observatie van PCC of MCC coaches. Aansluitend op dit gesprek krijgt iedereen een opname van de feedback op het coachingsgesprek, gebaseerd op de ICF competenties.

Bovendien zijn er ook twee sessies van 2 uren voorzien in groep, tijdens de opleiding blokken.

Deze dienen om één bepaalde coaching techniek en/of competentie te demonstreren. Ook hierbij geven de trainer coaches een mondelinge en schriftelijke feedback.

## Mentor coaching gesprekken tussen coach en mentor

In 4 verplichte individuele coaching gesprekken van telkens één uur, zoomen we in op jouw ontwikkelingsproces als coach. Je brengt zelf thema's in waar je op wilt werken. De coach werkt op overtuigingen identiteitsniveau om een echte doorbraak te realiseren.

Er zijn 2 tevens groep mentor coaching sessies tijdens de opleiding zelf. Hierin wordt telkens één specifieke competentie behandeld.

## De coaches die je doorheen dit programma loodsen:

Magaly De Smet



Dorothee Willems



Marijke Van Moldergem



## Vereiste basiscompetenties

Voor dit programma zijn er geen specifieke basisvereisten op vlak van competenties en/of opgedane ervaring. Het allerbelangrijkste is de motivatie om het verschil te willen maken in het leerproces van anderen.

En om mensen te begeleiden vanuit een onvoorwaardelijke liefde voor de mens en voor het beroep van 'professionele coach'. Dit betekent ook de bereidheid om met een open mind van je eigen leerproces te genieten.

## Investing

Het traject met beide deeltrajecten bestaat uit:

- ✓ 18 opleidings-dagen
- ✓ 2x2 certificatedagen
- ✓ 4 halve dagen supervisie
- ✓ 4 x 1 uur mentor coaching 'coach the coach' + certificatediner.

**Totaalprijs: 8800€ (excl. BTW 21%)**

*Kost per deeltraject: €4920 (excl. BTW 21%)*

Locatie en onthaalkost (welkomstkoffie met ontbijtkoeken en vers fruit + lichte lunch + koffie + tussendoortje) is voorzien en wordt apart afgerekend aan de prijs €1615 voor het totale traject excl. 21% BTW.

## KMO portefeuille Opleidingscheques Vlaams opleidingsverlof

Coaching The Shift is erkend door KMO Portefeuille. KMO's kunnen 20 tot 30% subsidie ontvangen via KMO portefeuille. Daarnaast komt deze opleiding in aanmerking voor opleidingscheques en/of Vlaams opleidingsverlof.

Daarnaast kunnen bedrijven in de voedingsindustrie via het IPV extra subsidies ontvangen. Opgelet!: Bij de aanvraag moet de rubriek Personeelsmanagement aangeduid worden.

Voor méér informatie, surf naar:  
[www.coachingtheshift.com/nl/over-ons/certificaten](http://www.coachingtheshift.com/nl/over-ons/certificaten)

## Locaties

Al onze trajecten gaan door op een inspirerende locatie in de natuur. Enkele van onze voorkeurslocaties zijn de Sint-Maurus hoeve in Lievegem, De Kluizerij in Affligem en het Leerklooster in Lochristi.

De individuele coachgesprekken gaan volgens jouw voorkeur virtueel door of bij de coach thuis. De supervisies gaan virtueel door, nadien ontvang je de opname hiervan, eveneens de opname van het feedbackgedeelte.

## Inschrijven

Je kan inschrijven door [het inschrijvingsformulier](#) aan te vragen en in te vullen. Nadat we jouw aanvraag ontvangen hebben, zullen we ter bevestiging een factuur sturen per email. De factuur dient betaald te worden ten laatste 14 dagen voor de opleiding.

Dit programma wordt slechts 1 keer ingericht per jaar. Sluit je graag aan bij onze open groep? Bekijk de planning in onze [agenda](#)!

Tip: Dit programma werd reeds meerdere keren 'in company' ingericht, mogelijk is deze formule interessanter voor jullie bedrijf.

Meer info?

Je kan een e-mail verzenden naar [info@coachingtheshift.com](mailto:info@coachingtheshift.com) of bellen naar +32 475 73 85 15.

