

Certified Personal Coach

Langlopend leertraject

Met certificeringsmodule

Expert class

8ste editie



Personal coaching is een vak

Personal coaching is vandaag de dag niet meer weg te denken.

Managers, HR managers en zelfstandige trainers coachen mensen naar prestaties, competenties en ontplooiing. Iedereen kan zich coach noemen, maar wat houdt het coachen van mensen nu eigenlijk echt in? Wat is daarvoor nodig? Welke zelfkennis is essentieel en wat moet u weten van anderen?

De behoefte aan transparantie rond coaching en het vak van coach groeit sterk. Waaraan is een goede coach te herkennen? En van wie leert u het vak?

Coachen leert u door veel te oefenen in fictieve en echte situaties, door intervisie met verschillende coaches en door verschillende stijlen te zien. De opleiding Certified Personal Coach biedt u deze mix en geeft u de zekerheid van een complete visie op coaching vanuit verschillende invalshoeken.

U leert individueel en in groep, reflecteert over eigen gedrag, vaardigheden en valkuilen, en u leert om te gaan met de verwachtingen en weerstand van uw coachee. U leert sturen zonder baas te zijn en uw coachee op een professionele manier te laten groeien. Na één jaar intensieve opleiding en een positieve eindevaluatie bent u met recht Gecertificeerd Personal Coach.

Wilt u enkel een stevig fundament leggen om uw coachingactiviteiten op te baseren, dan kunt u ook alleen deel 1 van de opleiding volgen: de module 'Essentials'. Zo heeft u in een half jaar tijd alvast een solide basis opgebouwd en meer over uzelf als coach geleerd.

'Op die 25 jaar trainingen volgen is deze opleiding voor mij ongetwijfeld het veranderings-traject geweest met de grootste impact ooit.'

Luc Deflem



Groeien is een proces van ervaring, rust en intervisie.

Algemeen leerconcept

Intake

We starten voor de opleiding met een intakegesprek om de doelen en verwachtingen met u uit te klaren. Deze intakegesprekken laten ons ook toe om het programma zo sterk mogelijk op de leerbehoeften af te stemmen. Wij geven u een eerlijk zicht op de inhoud en onze aanpak. U komt te weten wat er juist van u verwacht wordt tijdens en tussen de verschillende opleidingsdagen.

Development center

Om de opleidingsdagen optimaal te benutten starten we met een aantal algemene thema's, ook wordt er vooraf een individueel development center ingepland met elke deelnemer. U krijgt individuele, persoonlijke feedback over de resultaten. Dit laat u o.a. toe gericht aan een aantal noodzakelijke competenties te werken tijdens de opleiding en bevestiging te krijgen op andere nodige competenties. Zo is het voor u als deelnemer achteraf ook duidelijk welke vooruitgang u precies geboekt heeft.

Opleiding, individuele coaching en intervisie

Het programma is interactief, praktisch en ervaringsgericht opgebouwd. U krijgt de ruimte om de theoretische modellen onmiddellijk in de praktijk om te zetten en de aangereikte leerstof te integreren. Verder garanderen persoonlijke intervisie- en observatiemomenten en feedback dat het leerproces goed gemonitord blijft. Gedurende het volledige traject wordt u begeleidt door 2 vaste trainers/coaches. Zo kunnen zij uw persoonlijk groeiproces van kortbij volgen en u coachen en/of advies geven daar waar nodig.

Learning by experience

We vragen u ook een coachingsleertraject met eigen coachees op te starten dat gedurende het traject de kans geeft om concreet te oefenen, te ervaren en vragen terug te koppelen.

Degelijk

De inhoud werd opgebouwd rond de voorwaarden (11 competenties) die door de International Coach Federation aan een coach worden gesteld. De vaste begeleiders zijn ervaren coaches die met plezier hun ervaring en kennis met u delen. Voordeel is dat zij beiden naast deze opleiding praktisch dagelijks met coaching actief zijn en dus rechtstreeks vanuit de praktijk spreken. De inhoud van de opleiding wordt elk jaar herbekeken en bijgewerkt daar waar nodig.



Doelgroep

Deze expert class richt zich tot mensen die met personal coaching (willen gaan) werken en op zoek zijn naar een stevige basis voor de individuele coachingsgesprekken die ze gaan voeren. Of ze nu HR-manager, vormingsverantwoordelijke of lijnmanager zijn. Belangrijk is uw wil en durf om uw eigen grenzen te verleggen.

Enige levenservaring en werkervaring zijn gewenst. Voor u aan de Essentials basismodule begint hoeft u geen ervaring met coachen te hebben, dit mag wel. Verder zijn gezond verstand, de nodige dosis inlevingsvermogen, leergierigheid, een open houding en kritische geest een must.

Programma: thema's per module

COACHING ESSENTIALS

Scherpstellen van coachingprincipes

- Wat is coaching en wat niet?
- Wie kan coachen en wie niet?
- Wat verwacht een coachee?
- Wie kan gecoached worden en wie niet?

Communicatievaardigheden als coach

- Essentiële communicatievaardigheden
- Hoe 'rapport' creëren
- De juiste vraagstelling hanteren om tot de kern te komen
- Constructieve feedback geven en krijgen
- Durven benoemen wat u ziet, hoort, voelt

Competenties en leerstijlen

- De competenties van de coach
- Sterkte en zwakte analyse van uzelf en de coachee
- Kernkwadranten en omgaan met 'allergiën'
- Verschillende leerstijlen van uzelf en uw coachee

De coach in u

- Zelf deelnemen aan een development center
- Persoonlijke feedback hierover krijgen
- Persoonlijk ontwikkelingsplan opstellen en uitwerken
- Evolutips gebruiken om grenzen te verleggen
- Belang van vertrouwen en nodige voorwaarden hiervoor

De verschillende fasen in coaching

- Het intakegesprek
- De coachingssessies, inhoudelijk, structureel, aantal, ...
- De voortgangscontrole hoe die bewaken
- De eventuele processtop, hoe en wanneer
- De nabespreking, afronding van het coachingstraject

Enkele Coachingstools

- Scherpstellen van de leervraag
- SMART doelstellingen
- Uit de comfortzone treden
- Wat motiveert en demotiveert
- GROW
- Zelflerend en zelfsturend werken

Omgaan met 'niet willen'

- Weerstand begrijpen
- Omgaan met eigen weerstand en die van de coachee
- De verschillende conflictstijlen herkennen en hanteren

COACHING CERTIFICATION

Coaching tools

- Het 8 stappen communicatiekader
- Het Outcome model
- De Logische niveaus
- De Dramadriehoek

Verschillende coachingstijlen uitgediept

- Explorerend coachen
- Resultaatgericht coachen
- Confronterend coachen
- Faciliterend coachen
- Welke wanneer gebruiken

Omgaan met moeilijke coachingssituaties

- Er is geen vooruitgang
- De afhankelijke coachee
- Recessief gedrag
- Excuses versus redenen

Fasen in loopbaan van de coachee

- De 6 fasen in een carrière
- Belang op het coachingstraject

Wanneer stop ik als coach

- Coaching/therapie
- Grenzenbewustzijn, eigen grenzen aangeven
- Mogelijke situaties, verschillende oplossingen

Ethiek van de coach

- Omgaan met indiscrete vragen van coach/LG/ opdrachtgever
- Belangenvermenging
- Eigen waarden en normen respecteren
- Coach of leidinggevende zijn deze twee te combineren
- Coach of conflictbemiddelaar

Certificering na grondige eindevaluatie via o.a.

- Gerichte simulaties
- Portfolio met o.a. eigen uitgewerkt coachingstraject
- Coachingstraject met 2 nieuwe coachees
- Persoonlijke ontwikkeling gedurende deel 1 en 2

Eigen coachee coachen binnen deze opleiding

De kracht van dit programma

Tijd voor ontwikkeling

- Ongeveer 1 jaar durend leertraject, waardoor praktijkervaring, persoonlijke feedback, reflectie en theorievorming geïntegreerd worden.
- 16 interactieve ontwikkelingsdagen waarbij eigen casuïstiek ingebracht wordt: u coacht zelf en wordt gecoacht door collega-deelnemers en de trainers/coaches.
- Professioneel assessment waardoor u een gedetailleerd zicht krijgt op uw sterktes en uitdagingen als coach + feedback gesprek
- 2 x 2 residentiële dagen met aangenaam en leerrijk (avond)programma
- 4 persoonlijke coachingssessies (4 x 1,5 uur) met Caroline en/of Chantal.

Ondersteunende media

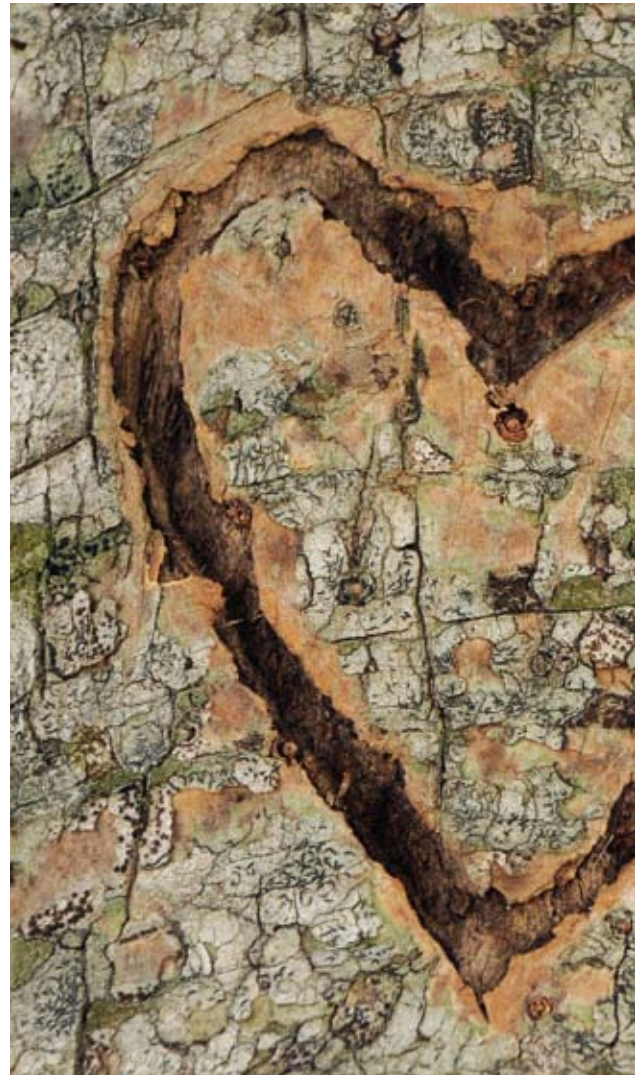
- 1 jaar toegang tot Evolutips®, database met ontwikkelingstips per gedragscompetentie.
- Het elektronisch POP als middel om uw eigen leertraject in kaart te brengen en in contact te blijven met uw begeleiders.
- U ontvangt twee boeken plus uitgebreide literatuursuggesties

Uitgebreide begeleiding

- Begeleiding door senior trainers/coaches die reeds jarenlang training geven over coaching en zelf ook sinds jaren actief professioneel coachen.
- Gast sprekers met een duidelijke meerwaarde voor het programma.
- Certificering door een consortium van uw vaste begeleiders en (inter)nationale vakexperten, gebaseerd op uw portfolio, assessment oefeningen, het doorgemaakte groeiproces, integratie van de aangeboden leerstof en de evaluatie van de begeleiders.

Mix van leerstijlen

- Doelgericht leertraject opgebouwd rond coachingcompetenties (analoog aan de International Coach Federation competenties).
- Ervaringsgerichte oefeningen, gefocust op deelaspecten van coaching, gevolgd door gerichte feedback.
- Coachingsgesprekken met 2 x 2 coachees (uit uw praktijk) als basis voor reflectie en bijsturing.
- Mogelijkheid tot intervisiemomenten met de deelnemers van de groep



Bedrijven die reeds deelnamen

Daimler Chrysler - Eandis - Carglass - Electrabel
- Delhaize - Carrefour - Estée Lauder - Expectra Group - Astra Zeneca - Akzo Nobel - Media Markt - ING Insurance - Reg. Ziekenhuis St. Maria - OCMW Sint-Katelijne-Waver - KBC Lease - Telenet - DHL
- Securex - Vlamab - AVEVE - Blagden Pack - ABN Amro - Kemira Grow How - Hansen Transmissions
- KLM - Gemeente Breda - Ministerie Vlaamse Gemeenschap - Mölnlycke - Stork Manufacturing Support - Gemeente Boekel - Rabobank Nederland
- Van Breda - Exxonmobil - Eurocontrol - Tractebel - Philips Lighting - Betafence - Janssen Pharmaceutica
- Barco - Belgacom - Aquafin - Elia - CM - Deloitte - Stad Kortrijk - British American Tobacco...

Programmabegeleiding

CPC wordt begeleid door een team van ervaren coaches en trainers, elk ingezet voor zijn/haar specifieke competentie. De groepsessies in het programma worden steeds begeleid door 2 trainers/coaches. De persoonlijke begeleidingsuren worden in één op één coaching voorzien. Het team van trainers en coaches groepeert verschillende profielen van begeleiders. Dit is een bewuste keuze. Zo krijgt u meteen een idee van de diversiteit in stijlen en visies op coaching. Bovendien putten we uit verschillende bronnen, stijlen en methodologieën. Deelnemers die op het einde van het programma voldoen aan een aantal kwaliteitscriteria, worden door een multidisciplinair curatorium gecertificeerd. Dit curatorium is voor het academiejaar 2010-2011 als volgt samengesteld: John Whitmore, Chantal Leyers, Caroline Libot, Lou Van Beirendonck, Luc Deflem en Inge Van den Branden, zij is tevens programma coördinator.

Caroline Libot is meer dan 18 jaar actief op vlak van individuele en groepscoaching, op verschillende niveaus, en geeft gerichte managementopleidingen waar de mens centraal staat. Een uitgebreide praktijkkennis en no-nonsense aanpak typeren haar. Belangrijk voor haar is de mens te stimuleren zodat die op een zelfbewuste manier groeit en keuzes maakt. Mensen aanzetten om op een autonome manier hun grenzen te verleggen is voor haar een uitdaging.

Chantal Leyers werkt in verschillende contexten als coach en counseler. Beweging creëren naar zelf-ontwikkeling, zelfontplooiing, zelf-bewustzijn is voor haar de essentie. Geïnspireerd door spiritualiteit in het dagdagelijkse leven volgde ze diverse workshops en opleidingen o.m. NLP Master Practitioner, transpersoonlijke coaching and counseling.



Caroline Libot



Chantal Leyers

De vaste programmabegeleiding* wordt aangevuld met sprekers** uit het universitaire veld, het bedrijfsleven en de culturele sector om ook daarin een breed aanbod aan visies en ervaringen te garanderen.

John Whitmore is Executive Chairman van Performance Consultants. John's baanbrekende boek 'Coaching for Performance' is een van de bekendste boeken over coaching. Hij is één van de grondleggers van moderne coachingstechnieken en werkt met multinationals en overheden wereldwijd aan coachingcultuur en leiderschap.

Prof. Dr. EM. René Bouwen van de KULeuven is naast zijn academische opdrachten nauw betrokken bij diverse managementopleidingen in verband met organisatieontwikkeling. Hij heeft de evoluties inzake Appreciative Inquiry van het begin meegemaakt en kan op dit vlak worden beschouwd als een vooraanstaande Belgische autoriteit. Samen met hem zullen we bekijken op welke manier de principes van Appreciative Inquiry kunnen worden benut in personal coaching.

Eddy Vereyken is stemcoach én acteur. Hij ontwikkelde zijn eigen stemcoach methode en heeft daarnaast veel ervaring met training en rollenspellen in de bedrijfswereld. Hij coacht o.a. mensen die het moeilijk hebben met spreken in het openbaar.

Jesse Segers is een arbeids- & organisatiepsycholoog met HRM-ervaring. Hij doet onderzoek naar coaching vanuit sociologisch, psychologisch, economisch en beleidsmatig perspectief en doctoreert aan de faculteit toegepaste Economische Wetenschappen van de Universiteit Antwerpen.



John Whitmore



René Bouwen



Eddy Vereyken



Jesse Segers

* Bovenvermelde trainers hebben zich geëngageerd tot begeleiding gedurende de volledige looptijd van het programma. Mochten zij wegens onvoorziene omstandigheden vervangen dienen te worden, voorziet de programmastaf in een evenwaardige docent.

** Sprekers kunnen in geval van overmacht veranderen.

Praktisch

Data

CPC8 Essentials

GROEP 1

datum development center (in overleg)
6 & 7 september 2010 (residentieel)
28 september 2010
9 november 2010 (residentieel)
10 december 2010
13 januari 2011
10 februari 2011

GROEP 2

datum development center (in overleg)
11 & 12 oktober 2010 (residentieel)
18 november 2010
16 december 2010 (residentieel)
18 januari 2011
18 februari 2011
1 maart 2011

CPC8 Certification

GROEP 1&2

17 & 18 maart 2011 (residentieel)
28 april 2011
24 mei 2011
17 juni 2011
5 september 2011
11 oktober 2011
22 november 2011



'Deze opleiding had 'that strange effect on me and I like it' en was absoluut zijn investering waard, zowel wat het budget als wat de tijdsinvestering betreft, zowel vanuit mijn persoonlijk als vanuit het bedrijfs perspectief.'

Greet Boonen

Deelnameprijs

De totale investering bedraagt: **Coaching Essentials** 4.800 EUR, **Coaching Certification** 5.300 EUR exclusief BTW.

Dit bedrag is inclusief: trainingsmodules, persoonlijke begeleidingsuren, 1 jaar toegang tot Evolutips® (database met ontwikkelingstips en POP), development center en persoonlijk ontwikkelingsplan, documentatiemap en cursusmateriaal, lunch, koffie en thee, toegang elektronisch leerplatform Blackboard, certificering.

Alle kosten met betrekking tot de 2 residentiële onderdelen van het programma zijn inbegrepen.

Kandidaatstelling en inschrijving

De groepsgrootte wordt beperkt tot maximum 15 deelnemers.

Voor u inschrijft, stelt u zich eerst kandidaat. Daarna heeft u een intakegesprek met de trainers/coaches. U kunt het kandidaatstellingsformulier downloaden op onze websites www.quintessence.be/opleidingen of u kunt een formulier aanvragen bij Ingrid Daniëls op tel: 03 281 44 88, of per e-mail: ingrid.daniels@quintessence.be

Certificering

Na een positieve afronding van het volledige leertraject (Essentials + Certificeringsmodule) bent u gecertificeerd als Personal Coach door een curatorium van deskundigen afkomstig uit de universitaire wereld en het bedrijfsleven.

Deze certificering biedt u een erkend kwaliteitslabel van de internationaal gerenommeerde Association for Coaching en stemt overeen met de standaarden van ICF.



'Als kers op de taart moet elke deelnemer bovendien in de praktijk aan de slag met een "oefen-coachee". Uit de combinatie van dat alles, ervaar ik zelf een sterk leereffect.'

Katrien Nuyts

Quintessence Consulting

Quintessence Consulting is pionier op de Belgische markt op het gebied van assessment centers en marktleider in competentie-management. Een wetenschappelijk onderbouwde, praktische en no-nonsense aanpak van competentie-beoordeling en ontwikkeling vormen ons handelsmerk. Ook via coaching streeft Quintessence haar missie na: iedereen competent! Quintessence verwierf in 2010 opnieuw het Qfor kwaliteitslabel als opleidings- en adviesverstrekker.

www.quintessence.be

Erkende opleiding

Het CPC programma is erkend als kwalitatief coachingprogramma door de gerenommeerde Association for Coaching in de UK. Meer dan 3000 coaches en organisaties zijn aangesloten bij deze internationale federatie.

www.associationforcoaching.com

Informatie

Quintessence Consulting
Ingrid Daniëls
03 281 44 88
ingrid.daniels@quintessence.be

