

## Algemene Doelstellingen - Basis cursus Coachen

---

De Basis cursus Coachen richt zich naar de kwaliteitscriteria zoals die is vastgesteld door de Nederlandse Orde van Beroepscoaches (NOBCO). Dat betekent dat er bepaalde eisen worden gesteld aan de cursus die tot doel heeft om een bepaalde kwaliteit en opleidingsniveau te garanderen.

Excellence Coaching & Training heeft deze kwaliteitseisen samengevat in drie hoofdthema's:

- *Houding*: Bewustwording en persoonlijke ontwikkeling
- *Kennis*: Coachen en het coachproces
- *Vaardigheden*: Coachvaardigheden ontwikkelen

Deze drie hoofdthema's zijn weer onderverdeeld in 20 doelstellingen voor de cursist. Aan het eind van deze basis cursus heeft de cursist resultaten geboekt in al deze doelstellingen.

We zetten de doelstellingen hieronder op een rij.

### Houding | Bewustwording en persoonlijke ontwikkeling

De cursus is een hulpmiddel bij het volgen van een persoonlijk ontwikkeltraject. Coachen begint altijd bij jezelf! Daarom sta je stil bij je eigen identiteit. Je denkt na over je eigen roeping en je gaat ontdekken wat je kwaliteiten, valkuilen en blokkades zijn. Je formuleert je eigen ontwikkeldoelen, maakt een plan om daar bewust aan te werken en je bent zelf verantwoordelijk voor het halen van de gestelde doelen.

De cursist:

1. kan coachen plaatsen in het kader van een persoonlijk leerproces
2. is in staat te reflecteren aan zijn eigen denken en handelen
3. kan zijn eigen coachkwaliteiten benoemen
4. heeft zicht op een aantal persoonlijke valkuilen, blokkades en uitdagingen
5. is in staat persoonlijke ontwikkeldoelen te formuleren
6. is in staat een persoonlijk ontwikkelplan te maken
7. heeft groei laten zien in zijn functioneren als beginnend coach
8. kan zijn persoonlijke (coach)missie formuleren
9. weet welke geestelijke houdingsaspecten van belang zijn en is hierin gegroeid

### Kennis | Coachen en het coachproces

Je leert coachen te zien in het kader van een geestelijk groeiproces en je weet het te plaatsen binnen een Bijbelse context. Je krijgt inzicht in de verschillende fasen van het coachen en welke basistechnieken je helpen om deze fasen te doorlopen.

Je krijgt inzicht in de meest voorkomende afweermechanismen van de gecoachte en je leert hoe deze om te buigen in een positieve coachhouding. Aan het eind van de cursus heb je helder beeld gekregen van wat coachen is.

De cursist:

1. weet wat coachen is en kan het onderscheiden van aanverwante disciplines
2. weet coachen in een geestelijk en Bijbels kader te plaatsen
3. heeft inzicht in de uitgangspunten en werkwijze van het Transformatieel Coachen
4. weet wanneer er sprake is van functiegericht, -ontwikkelingsgericht of contextgericht coachen
5. heeft inzicht in de verschillende fasen van het coachgesprek
6. heeft kennis van een aantal basisinstrumenten in het coachen
7. herkent de meest voorkomende afweermechanismen
8. weet hoe weerstand om te buigen in een positieve coachhouding

### **Vaardigheden | Coachvaardigheden ontwikkelen**

Je ontwikkelt je coach basisvaardigheden door tijdens de cursusdagen veelvuldig te oefenen met de aangereikte coachtechnieken. Je leert hoe je een coachmethodiek in de praktijk kunt toepassen.

De cursist:

1. heeft laten zien dat hij beschikt over een aantal coachbasisvaardigheden
2. kan een coachmethodiek hanteren in een persoonlijk coachgesprek