**Basiscursus coaching TRAINERShandLEIDING**

**Vooraf**

|  |
| --- |
| Bij het begeleiden van zich ontwikkelende docenten (docent in opleiden, zij-instromer, docenten die verder leren) is het belangrijk dat de begeleider/coach in staat is een coachende houding aan te nemen, te weten wanneer een expertrol gevraagd wordt en wanneer een meer ondersteunende rol gevraagd wordt.  In deze training staat de basis van coaching centraal. Wat is coaching? Wat is een coachende houding? Wat is de eigenschap van de coach en wat is de wens van de coachee? Hoe zet de coach het leren van de coachee centraal in de gesprekken?  De training is bedoeld voor iedereen in de school die zich wil ontwikkelen op algemene coachvaardigheden en coachtechnieken en is niet specifiek gericht op het coachen van pedagogisch didactische vaardigheden.  Centraal in training staan de basistechnieken van coaching. We werken volgens het principe van contact naar contract. Aan bod komen het intakegesprek, het voeren van coachgesprekken en de afsluiting van een coachtraject.  Tussen de bijeenkomsten brengen deelnemers het geleerde gelijk in praktijk door te oefenen met een coachtraject of coachgesprekken. Tijdens de bijeenkomsten worden verschillende coachinstrumenten aangereikt en is er aandacht voor het uitwisselen van ervaringen.  Belangrijk is dat de deelnemer zichzelf kent als coach en maar ook als persoon. Zo kan de coach makkelijker luisteren met een ‘leeg hoofd’. Geleerd wordt om samen met de coachee zijn of haar kwaliteiten, valkuilen, uitdagingen te vinden om zo het zelfoplossend vermogen te vergroten.  Doel in het grotere geheel: Er zijn voldoende opgeleide coaches die methodisch kunnen werken, in staat zijn een op de persoon afgestemd resultaatgericht ontwikkeltraject uit te voeren in relatie tot de organisatiecontext en -belangen. |

|  |
| --- |
| **DOELGROEP** Schoolopleiders, begeleiders van nieuwe collega’s, (niet gecertificeerde) coaches, teamleiders, werkplekbegeleiders, sectieleiders, mentoren, leerlingcoaches, vertrouwenspersonen, etc. die de basisprincipes van het coachen opnieuw, of voor het eerst willen ontdekken. |

|  |
| --- |
| **DOEL**   * Deelnemers kennen de basis van coaching; * Deelnemers zijn in staat de vraag van de coachee te achterhalen en te formuleren; * Deelnemers weten wat coachende vragen zijn en kunnen deze toepassen in een coachgesprek; * Deelnemers zijn in staat hun valkuilen als coach te herkennen en doen moeite om hiervan weg te blijven; * Deelnemers weten de aangeboden coachinstrumenten toe te passen. |

|  |  |
| --- | --- |
| **PRAKTISCHE INFORMATIE** | |
| Duur van de training/module | 5 Dagdelen, van 4 uur |
| Aanmeldingen | * Via het aanmeldingsformulier * Het aanmeldingsformulier is te vinden op de website Talent als Docent * Op aanvraag van een aangesloten school kan de training op locatie plaatsvinden. |
| Voorwaarde voor deelname | De deelnemer is gemotiveerd om deel te nemen en kan tussen de bijeenkomsten oefenen met het voeren van coachgesprekken. (indien twijfel is overleg met de trainer gewenst) |
| Aantal deelnemers | In overleg min 6 /max 15 personen |
| Besluit over wel/niet doorgaan | 7 Dagen voor aanvang van de training |
| Communicatie over wel/niet doorgaan | Via de mail door de projectondersteuner |
| Voorbereiding op de training | Bij aanmelding geeft deelnemer aan wat de reden voor deelname aan de cursus is |
| Gebruikte literatuur | **Help! Ik ga coachen**. Coach jezelf als coach, basisbeginselen, tips en checklists.  Aty Boers, Marijke Lingsma | Multi Media Coach BV, Februari 2009 | ISBN 9789079877027 | 1e druk | 128 blz. |

**Uitwerking bijeenkomsten:**

In alle bijeenkomsten is aandacht voor verdieping op achtergronden van coaching, de vaardigheden van de coach en de persoon van de coach.

Tijdens de bijeenkomsten nodigen we de deelnemers expliciet uit aantekeningen te maken dit i.v.m. hun eindpresentatie.

Voor aanvang van de training met de betreffende locatie afspraken maken over lokaal, oefenplekken en catering.

**Bijeenkomst 1 - Intake van een coachtraject**

Introductie van de cursus, kennismaken, oefenen met echt luisteren en het voeren van een intakegesprek, doelen bepalen, afspraken met elkaar maken.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PROGRAMMA, FASEN, TIJDSPLANNING** | | | | |
| **TIJD** | **FASE** | **SHEET PPT** | **ACTIVITEITEN** | **Waarom** |
|  | VOORAF |  | Werkblad Ontmoet je collega’s, soorten vragen handout printen en meenemen.  Bij aankomst lokaal in carré opstelling zetten. |  |
| 30 min | Introductie  **Trainer** | 1-4 | ONTMOETEN van de deelnemers m.b.v. **namenlijst** en Intro op de bijeenkomsten en coaching. | Kennismaken met elkaar en de training. |
| 60 min | Oefenen met echt luisteren  **…** | 5 | LUISTEROEFENING in 3 -tallen: Vertel 12 min over jezelf - reflectie - rollen wisselen – reflectie.  3e persoon observeert zonder verbale of non-verbale reacties -reflectie  Plenair terugkoppelen. | Bewust worden van eigen impulsen en gedachten. |
| 15 min | Wat is coaching  **…** | 6-7 | Wat is COACHING opdracht voor de deelnemers om coaching kort te beschrijven.  Aan de hand van de 4 beschrijvingen nagaan wat de deelnemers hebben beschreven coaching of…? | Realiseren wat coaching wel en niet is (misverstanden coaching)  Ook:  waar liggen grenzen,  Proces- of resultaat gericht |
| 15 min | Pauze | 8 | Pauze |  |
| 2x 10 min | JOUW LEERVRAAG  als coach  (Intakegesprek) | 9 | In 2 -tallen een intakegesprek oefenen als coach en coachee  Ontdek wat de coachee wil ontwikkelen/leren.  Wat heb je al in huis, wat wil je deze cursus leren?  In 2 rondes. | Bewust worden van de eigen ontwikkel-/leer vraag tijdens deze training  (wat je te weten wilt komen tijdens de intake) |
| 15 min |  |  | Plenair terugkoppelen - wat ben je te weten gekomen - wat wil je te weten komen tijdens intake? | Informatie over intake. |
| 30 min | De kunst van het VRAGEN STELLEN  ……. | 10-15 | Plenaire terugkoppeling  Wat voor type vragen werden er gesteld en wat is het effect op het verloop van het gesprek.  Uitleg over soorten vragen (en doorvragen) en effect van vragen.  Theorie IJSBERGMODEL (basis intro) | Bewust worden type vragen - open/gesloten  Bewust worden basishouding van coach. |
| 20 min | Het intakegesprek | 16 | Heb je alle onderdelen van INTAKE doorlopen met je coachee? contactfase/kernfase/contractfase. | Krijgen alle onderdelen van het intakegesprek aandacht? Zo ja hoe |
| (Evt. korte pauze)  10 min | De coachvraag centraal | 17-19 | AANDACHTSPUNTEN BIJ COACHVRAAG  Checklist bespreken en nog eens terugkijken (ronde 3) naar het formuleren coachvraag/herformuleren (alleen bij tijd over) | Bewustwording verandering eigen skills in ronde 1 en die in ronde 3 |
| 15 min | Afsluiten | 20 | Wat geleerd vandaag?  Huiswerk lezen, formuleren coachvraag en intakegesprek met coachee;  Verwachtingen trainers en commitment vragen van deelnemers | Commitment belangrijk aanwezigheid en verwerking |

|  |
| --- |
| **NA AFLOOP** |
| Sturen aan deelnemers:   * Presentatie in pdf * Soorten vragen |
|  |
|  |

**Bijeenkomst 2 - Gebruik maken van diverse coachinstrumenten**

Deze keer bijeenkomst staat het **kernkwadrant centraal**. Wat is het kernkwadrant? Voor welk doel kun je het gebruiken en hoe gebruik je het? Tijdens de bijeenkomst worden ervaringen uit de afgelopen periode met elkaar besproken en wordt het gebruik van het kernkwadrant met elkaar geoefend.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PROGRAMMA, FASEN, TIJDSPLANNING** | | | | |
| **TIJD** | **FASE** | **SHEET PPT** | **ACTIVITEITEN** | **Waarom** |
|  | VOORAF |  | Scrumkaartjes meenemen;  Zeil kernkwadrant/tape  Bij aankomst lokaal in carré opstelling zetten.  Internet en geluid testen |  |
| 10 | Introductie | 1-2 | Deelnemers kiezen 2 kaartjes die het meest bij hen passen  Noteer waarom je deze kaartjes hebt gekozen (individueel)  (naar idee: scrum@school) | Introductie op kwaliteiten, bewustwording dat iedereen andere kwaliteiten heeft |
| 5 | Huiswerk nabespreken  (Iedereen intake gesprek gevoerd?) | 3 | Terugblik Intakegesprek in 3 woorden  Rode lijn: op intakeformulier staat de vraag **wat kan ik al**? Daarom keuze vandaag naar kwaliteiten te gaan. | Stoom afblazen  geoefend intake vandaag verder met inhoud gesprek |
| 30  (3x10) | Verdieping huiswerk | 4 | Heterogene drietallen ervaringen uitwisselen van het gehouden intakegesprek met opdracht om te reflecteren op het al dan niet gebruikt hebben van de aangegeven kwaliteiten.  Coachvraag coachee noteren op whiteboard. | Huiswerk nabespreken  De verdieping in. |
| 10 | Coachvraag coachee checken | 5 | Plenaire bespreking, overige vragen over intake | **Is de coachvraag toetsbaar/smart?** |
| 10 | Vooruitblik coachgesprek | 6, 7 | Verdiepen ijsberg | Koppeling met eigen referentiekader |
| 10 |  | 8 | The attention test  (op tijd op slot) | Je kunt niet op alles tegelijk letten. Je mist altijd wel iets |
| 15 | Oefening kwaliteiten | 9 | a.d.h.v. een van je kwaliteiten  Oefenen kwaliteit, valkuil, allergie en uitdaging | Introductie kernkwadrant |
| 10 | Pauze | 10 |  |  |
| 40 | Oefening  maken van kwadrant tijdens coachgesprek zittend en lopend  Aandacht voor de vragen | 11 -  15 | Voorbeelden kernkwadrant  Kernkwadrant - Individueel  Kernkwadrant - Duo (elkaar bevragen)  Kernkwadrant - Demo op de grond, trainer met deelnemer  Oefenen met vragen stellen n.a.v. kwaliteit en vervorming  Inzoomen op soorten vragen (suggestieve vragen, open/gesloten, nieuwsgierig, coachend etc.) | Maken kwadrant ervaren verschil in resultaat bij zitten of lopend coachgesprek  - welke vragen stel je - wat levert het op? |
| 60 | Toepassen  Andere 3-tallen | 16 | Oefenen coachgesprek van 30 minuten en het gebruik van het kernkwadrant daarbij; vervolg op intake - wat wil iemand ontdekken  In drietallen, incl. observator (bijhouden tips/adviezen dan)  Nabespreken ervaring en feedback |  |
| 15 | Nabespreking | 17 | Evaluatie | Opbrengst en hoe verder? |
|  | Voor thuis | 18 | Cadeautje met theorie |  |
| 5 | Afsluiting | 19 | Opdracht voor volgende keer (minimaal één coachgesprek voeren)  Volgende keer kernkwadrant van coachee meenemen. | Parallel aan cursus  coachingstraject met coachee |

|  |
| --- |
| **NA AFLOOP** |
| Sturen aan deelnemers:   * Presentatie in pdf |

Extra naslagwerk:

<http://www.i-movere.nl/downloads/coachingstrajec-imovere.pdf>

<https://www.heelopleidingen.nl/publicaties/coachingstraject-8-gesprekstips/>

<https://www.heelopleidingen.nl/publicaties/coach-worden-hoe-doe-je-dat/>

**Bijeenkomst 3 - Gebruik maken van diverse coachinstrumenten**

De **Roos van Leary** staat deze bijeenkomst centraal. Wat is de Roos van Leary? Voor welk doel kun je het gebruiken en hoe gebruik je het? Ervaringen uit de afgelopen periode worden met elkaar gedeeld en het toepassen van de Roos van Leary wordt met elkaar geoefend.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PROGRAMMA, FASEN, TIJDSPLANNING** | | | | |
| **TIJD** | **FASE** | **SHEET PPT** | **ACTIVITEITEN** | **Waarom** |
|  | VOORAF |  | * Deelnemers vooraf mailen dat ze een device mee moeten nemen omdat ze een test in moeten vullen. Link van Excel bestand Test roos van Leary meesturen, tenzij wij overstappen op IPP (https://www.roosvanleary.com/); * Associatiekaarten set meenemen; * Kleed en kaarten Roos van Leary (nog uit te werken) * Bij aankomst lokaal in carré opstelling zetten * Observanteninfo (afdrukken) |  |
| 15 min | Check in | 2 | Kort “stoom afblaas momentje” a.h.v. associatiekaartenset &  Wat zijn je wensen voor vandaag? | Stoom afblazen en check op wensen |
| 5 min | Overzicht programma | 3 | Introductie Roos van Leary  Oefenen met RvL  Afronden & procesevaluatie | Verloop bijeenkomst helder maken |
| 10 min | Test invullen | 4 | Excel, of IPP | Zicht op eigen gedrag |
| 15 min | intro Roos v Leary | 5, 6  7  8 | Kennismaken met de Roos van Leary,  Filmpje koffie halen (https://www.youtube.com/watch?v=lGeXAXXuvlc&t=3s),  Koppelen aan IJsberg en kernkwadranten | Volgende tool, steeds meer invulling professionele rol |
| 30 min | Dansen met Leary | 9 | Welk primair gedrag wordt vertoond welke primaire reactie roept dat op. En wat zijn de alternatieven? En wat is daar het effect van?  Hier is een keuze mogelijk door de trainers zie onderwater bij de sheet Fase 1, 2, etc. | Herkennen patronen binnen Roos Leary |
| 15 min | Uitslag test van Leary | 10 | Tussenstand opmaken aan de hand van eerder gemaakte test  Vorm DDU | Reflectie |
| 15 min | Pauze | 11 |  |  |
| 45 min | Oefenen in 3 tallencoachgesprek | 12  13  14 | Voer een coachgesprek  Maak gebruik van de RvL. In drietallen.  **Observator**: inventariseert gedrag van coach en coachee met gebruik van schema (gedrag, verbaal, non-verbaal, zelfbeeld) | Rol observator nadrukkelijk bespreken en inzetten |
| 20 min | Nabespreken | 15 | Nabespreken coachgesprek. Wat was opbrengst? Wat was lastig? Waardoor kwam dat? Wat had je anders kunnen doen en wat was daarvan het effect geweest? | Coach, coachee en observant bespreken na vanuit *hun eigen perspectief.* |
| 10 min | Vergelijken | 16 | Tot nu toe besproken Tools | Terugblikken |
| 10 min | Vraag onder de vraag | 17 |  | Wat is jouw uitdaging |
| 10 min | Vooruitblik | 18 | Eindopdracht in bijeenkomst 5 | Verwachtingen eindopdracht |
| - | Cadeautjes | 19 | Links voor thuis |  |
| 10 min | Afronden | 20 |  | Coachgesprekken blijven |

|  |
| --- |
| **NA AFLOOP** |
| Sturen aan deelnemers:   * Presentatie in pdf |

**Bijeenkomst 4 - Gebruik maken van diverse coachinstrumenten**

Deze bijeenkomst staat in het teken van de **Transactionele Analyse**. Na een korte introductie op TA en een aantal modellen binnen de TA gaan we vooral veel oefenen. Ervaringen uit de afgelopen periode worden tijdens deze oefeningen meegenomen.

Doel van deze bijeenkomst is om een verdiepingsslag te maken naar hen zelf - wie ben ik als coach?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PROGRAMMA, FASEN, TIJDSPLANNING** | | | | |
| **TIJD** | **FASE** | **SHEET PPT** | **ACTIVITEITEN** | **Waarom** |
|  | VOORAF |  | * Deelnemers vooraf mailen dat ze een device mee moeten nemen omdat ze een test in moeten vullen. Link van test alvast meesturen. Maar nog niet laten invullen; * Schilders tape meenemen/kleed/A4-tjes * Bij aankomst lokaal in carré opstelling zetten * Handout bijeenkomst 4 printen en meenemen. |  |
| 20 min | Introductie | 2  3 | Meetlat (Wat heb je gedaan sinds de vorige bijeenkomst? Wat gaat goed, wat is nog lastig?)  Programma (Wat heb je nodig vandaag?) | Contact maken, opfrissen voorkennis, inventariseren leervragen. |
| 20 min | Test | 4 | Deze vragenlijst vullen ze in - 40 vragen en dan als resultaat een staafdiagram - screenshot bewaren, even korte inventarisatie op herkenning.  <https://ta-academie.nl/vragenlijst-egogram> |  |
| 15 min | Theoretische inleiding op TA | 5  6 | Intro TA, ik oké, jij oké  Dramadriehoek |  |
| 15 min | Opdracht | 7 | Dramadriehoek en okémodel in tweetallen integreren  Uitkomst van interventies noteren op whiteboard en later koppelen aan theorie slide 8. |  |
| 15 min | Vervolg TA | 8 | Winnaarsdriehoek/Groeidriehoek |  |
| 15 min | Pauze | 9 |  |  |
| 15 min | vervolg | 10 | Intro egoposities |  |
| 15 min | TA in coaching | 11  12 | Testuitslag  Hoe kun je TA gebruiken in coaching?  Koppelen aan andere modellen. |  |
| 2x 30 min + nabespreken 2x 10 min | Coachgesprek | 13 | Voer een coachgesprek met gebruik van de TA-tools, groepen van drie personen, twee rondes. |  |
| 20 min | Terugblik op vandaag | 14 | Wat neem je mee? Wat heeft volgende keer nog extra aandacht nodig (evt ook uit vorige bijeenkomsten)  Vooruitblik op eindopdracht | Reflectie |
| 10 min | Eindopdracht | 15 |  |  |
| *240 min* |  |  |  |  |

|  |
| --- |
| **NA AFLOOP** |
| Sturen aan deelnemers:   * Presentatie in pdf |

Bronnen internet:

<https://www.vita-vitaal.be/index.php/ta/basisconcepten-ta/drivers-en-stoppers>

<https://www.coachy.nl/coachbegrippen/s/script/>

<https://www.coachy.nl/coachbegrippen/s/scriptbesluit/>

https://www.hulshoftcp.com/testen/02/

drivers en verwijs naar test

<https://www.coachy.nl/coaching/5-werkstijlen-in-welke-herken-jij-je/>

<https://www.bmc.nl/informatief/albert-einstein>

**Bijeenkomst 5 - Afronden van een coachtraject**

Inventariseren van opbrengsten. Het belang van een goede afronding. Op welke manieren kun je dit doen? Je presenteert je ervaringen en leeropbrengsten aan de overige deelnemers.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PROGRAMMA, FASEN, TIJDSPLANNING** | | | | |
| **TIJD** | **FASE** | **SHEET PPT** | **ACTIVITEITEN** | **Waarom** |
|  | VOORAF |  | * Certificaten regelen en meenemen. * Bij aankomst lokaal in carré opstelling zetten |  |
| 10 minuten | Introductie | 2 | Wondervraag. | Na laten denken over wat ze al kunnen en wat ze nog willen leren. |
| 5 minuten | Programma | 3 | * Overdracht & tegenoverdracht * Afscheid * Presentaties * Afronding |  |
| 30 min | Overdracht - Tegenoverdracht | 4 | Zelfstandig: Wat is het? Welke voorbeelden kan ik hiervan bedenken?  Duo: Delen uitkomsten 1  Groep: Aandachtspunten als je rekening wilt houden met (tegen)overdracht. | Kort aandacht voor dit onderwerp binnen een coachrelatie.  Bewustwording. |
| 20 min | Afscheid binnen coaching | 5 | Individueel vragen beantwoorden, plenair bespreken.  Hoe ga/ging jij om met afscheid in de coachrelatie?  Wat is voor jou een goed afscheid | Na laten denken over wat belangrijk is en waarom. |
| 10 min | Pauze | 6 |  |  |
| 120 minuten | Presentaties | 7  *8 is alternatief*  *bij grote*  *groep* | Vorm vrij. Iets van een theoretisch inzicht, ontwikkeling als coach op vaardigheden en reflectieniveau. 5 minuten presentatie, 5 min vragen stellen.  *(Afhankelijk van aantal deelnemers 4 min en 4 min of 3 min en 3 min)*  Las pauze in waar het nodig lijkt. |  |
| 15 min | Evaluatie | 9 | Invullen evaluatie met QR-code  Wensen voor vervolg. |  |
| 30 minuten | Afronden |  | Afscheid nemen, uitreiking certificaten. |  |
| 240 |  |  |  |  |

|  |
| --- |
| **NA AFLOOP** |
| Sturen aan deelnemers:   * Presentatie in pdf |