

# Intercollegiaal coachen – datareeks H – start 3 september 2024

Het leren coachen van gelijkwaardige collega's | 25 PE punten

 Vijfdaagse cursus | startdatum dinsdag 3 september 2024

## Programma en data

De cursus 'Intercollegiaal coachen' bestaat uit vijf interactieve contactdagen van 9.30 tot 16.00 uur in Utrecht.

Tijdens de cursus krijgt u opdrachten om in uw eigen praktijk aan te werken. De volgende bijeenkomst krijgt u terugkoppeling van **Miranda Vanbrabant** en uw medecursisten.

- › **Datareeks D (2023):** 7 september, 14 september, 21 september, 28 september en 5 oktober 2023 (allemaal donderdagen)
- › **Datareeks E (2023):** 31 oktober, 7 november, 14 november, 21 november en 28 november 2023 (allemaal dinsdagen)
- › **Datareeks F (2024):** woensdag 20 maart, woensdag 3 april, woensdag 17 april, vrijdag 24 mei en dinsdag 4 juni
- › **Datareeks G (2024):** woensdag 29 mei, woensdag 12 juni, donderdag 20 juni, donderdag 27 juni en woensdag 3 juli
- › **Datareeks H (2024):** dinsdag 3 september, dinsdag 17 september, dinsdag 24 september, dinsdag 8 oktober en maandag 4 november
- › **Datareeks I (2024):** 7 november, 21 november, 28 november, 12 december en 19 december (allemaal donderdagen)

Onderstaand vindt u het programma per dag met de leervragen in hoofdlijnen.

### Dag 1 - Basiskennis coachen - onderzoek persoonlijke normen en waarden

- › Wat is het verschil tussen een coach en een intercollegiale coach?
- › Welke belemmerende persoonlijke normen en waarden bezit u?
- › Maak uw coachingsvraag SMART
- › Hoe gaat u om met eigenaarschap van een probleem?

### Dag 2 - Emotieer en emotiemanagement - afweermechanisme en weerstandgedrag

- › Wat houdt onderstroom en bovenstroom in? En hoe differentieert u daarop?
- › Wat zijn de verschillen in reactie wanneer u reageert vanuit een emotie, de ratio of vanuit beide?
- › Welke communicatieve vaardigheden helpen u het gewenste resultaat te bereiken?

- › Welke afweermechanisme gebruikt u zelf? En welke afweermechanismen kan de collega die u coacht gebruiken?

### **Dag 3 - Feedback geven en ontvangen - oefenen met coachingsgesprekken**

- › Wat zijn de vuistregels van feedback geven?
- › Wat is het verschil tussen feedback geven en een grens stellen?
- › Feedback geven op gedrag en denkpatronen en het effect daarvan op de resultaten
- › Oefenen met de GROW-methode

### **Dag 4 - Diverse soorten coachingsgesprekken aanleren en oefenen (vervolg)**

- › Oefenen met de oplossingsgerichte methode
- › Oefenen met de counselingmethode
- › Oefenen met de laddermethode
- › Voor- en nadelen van de diverse methodes

### **Dag 5- Persoonlijke en authentieke coachingstijl en het effect hiervan**

- › Wat is uw persoonlijke coachingstijl?
- › Welk effect heeft uw coachingstijl op de collega's die u coacht?
- › Verfijnen van coachingsvaardigheden