

BASIS: Coachende vaardigheden

6 studiepunten - Semester 1

1 Rubrieken niveau microcredential:

1.1 Doelstellingen

In deze microcredential werken we met een gestructureerd coachmodel dat je door alle fasen van het coachproces leidt. Je bent in staat om de essentiële elementen van een coachtraject systematisch te analyseren en toe te passen in de praktijk.

We werken aan de volgende competenties:

1. Opbouwen van een evenwaardige coachrelatie
Je creëert een veilige, respectvolle en gelijkwaardige relatie die vertrouwen en openheid bevordert.
2. Effectief communiceren
Je past doelgerichte communicatievaardigheden toe, zoals actief luisteren, krachtige vragen stellen en helder terugkoppelen.
3. Richting geven aan het coachgesprek
Je structureert en begeleidt het gesprek met focus op doelstellingen, voortgang en gewenste resultaten.
4. Activeren van hulpbronnen
Je helpt de coachee om eigen kwaliteiten, inzichten en mogelijkheden te ontdekken en te benutten.
5. Faciliteren van het coachproces
Je ondersteunt het leer- en ontwikkelingsproces van de coachee op een manier die autonomie en groei stimuleert.
6. Reflecteren op de eigen professionele ontwikkeling en actief werken aan verbetering.
Je reflecteert kritisch op je eigen handelen en stuurt bij waar nodig om je professionele groei te versterken.

2 Rubrieken niveau praktische organisatie:

2.1 Overzicht programma

Het programma van de 'Basis: coachende vaardigheden' bestaat uit een reeks van 6 dagen met volgende inhouden

- Dag 1: Jouw leertraject en de coachrelatie
- Dag 2: Het coachtraject en coachmodel
- Dag 3: Onderzoeken van de huidige en gewenste situatie
- Dag 4: Het faciliteren van het coachproces: hindernissen en hulpbronnen
- Dag 5: Het verder verdiepen van de mogelijke hulpbronnen
- Dag 6: Creatief coachen

We werken met een blended aanpak: inspirerende werkmomenten op de campus, afgewisseld met online vraagmomenten waar je terecht kunt voor extra ondersteuning.

2.2 Certificering

- Neem je deel aan de evaluatieopdracht en slaag je hiervoor, dan ontvang je een officieel **getuigschrift/certificaat** met vermelding van de behaalde studiepunten.
- Volg je deze microcredential uit interesse, zonder evaluatieopdracht, dan ontvang je een attest van deelname.
- Wil je doorgroeien naar het certificaat **Professionele Coach**, dan verzamel je in totaal 12 studiepunten. Voor het behalen van het **Postgraduaat Coaching en Mentoring** verzamel je minstens 20 studiepunten. Hiervoor kan je kiezen uit de verschillende coachdisciplines en masterclasses die worden aangeboden binnen **Coaching@UCLL Continue**.

2.3 Locatie en data

Campus Diepenbeek

DATA 2026 (opleidingsdagen zijn niet apart te volgen)

- Dinsdag 29 september 2026 van 9.30 tot 16 uur
- Dinsdag 13 oktober 2026 van 9.30 tot 16 uur
- Dinsdag 27 oktober 2026 van 9.30 tot 16 uur
- Dinsdag 10 november 2026 van 9.30 tot 16 uur
- Dinsdag 24 november 2026 van 9.30 tot 16 uur
- Dinsdag 8 december 2026 van 9.30 tot 16 uur

2.4 Doelgroep

- Startende én ervaren professionals
- Mensen die willen groeien in coachend begeleiden
- Deelnemers die dit willen inzetten in hun eigen professionele context (organisatie, onderwijs, zorg, HR, begeleiding ...)
- Onder meer HR-medewerkers, mentoren, leidinggevenden, coaches, teamleiders

2.5 Onderwijstaal

Nederlands

2.6 Studiegeld en subsidies

- € 900 voor de 6 dagen, incl. broodjeslunch
- Voor een inschrijvingsbedrag boven de €100 kan je beroep doen op KMO-portefeuille, onder thema Personeelsmanagement (competentiebeleid). Aanbieder is UC Limburg.

3 Rubrieken niveau onderwijsleeractiviteit:

3.1 Inhoud

In deze microcredential komen volgende inhoudsdelen aan bod:

Dag 1: Jouw leertraject en de coachrelatie

Tijdens deze eerste opleidingsdag rond coaching verken je jouw rol als coach en leg je de basis voor jouw leertraject. Je krijgt inzicht in wat coaching inhoudt, hoe je jezelf als coach ontwikkelt en waarom reflectie essentieel is.

Wie ben ik als coach? Wat zijn mijn leerdoelen? Wat is coaching, therapie, mentoring en consulting? Do's and Don'ts. Basishouding en beroepsethiek. Mijn persoonlijk ontwikkelingsplan. Het belang van reflecteren als coach.

Dag 2: Het coachtraject en coachmodel

Op dag twee verdiep je je in het coachtraject en het coachmodel. Je leert hoe je als coach effectief communiceert, een intakegesprek voert en de coachvraag scherp stelt.

- Basisvaardigheden
- Het coachtraject: van aanmelding tot afronding
- Het intakegesprek
- Van aanmeldingsvraag naar coachvraag
- Diverse oefenmomenten

Dag 3: Onderzoeken van de huidige en gewenste situatie

Tijdens deze opleidingsdag leer je hoe je als coach samen met je coachee de huidige en gewenste situatie helder in kaart brengt. Je maakt kennis met krachtige modellen en technieken om inzicht en richting te geven aan het coachproces.

Huidige situatie bevragen aan de hand van diverse modellen.

- Gewenste situatie onderzoeken en in kaart brengen aan de hand van diverse modellen
- Diverse oefenmomenten

Dag 4: Het faciliteren van het coachproces: hindernissen en hulpbronnen

Deze dag staat het ondersteunen van verandering centraal. Je leert hoe je hindernissen en hulpbronnen bij je coachee herkent en benut, met positieve psychologie als fundament voor duurzame groei.

- Verkennen van interne en externe hindernissen
- Verkennen van interne en externe hulpbronnen
- Diverse oefenmomenten

Dag 5: Het verder verdiepen van de mogelijke hulpbronnen

Vandaag verdiepen we ons in de verschillende vormen van intelligentie als hulpbron in het coachproces. Je leert hoe je rationele, emotionele, fysieke en spirituele intelligentie kunt herkennen, ervaren en inzetten om je cliënt kracht en richting te geven.

- De rationele intelligentie: herkaderen
- De emotionele intelligentie: oproepen van ondersteunende emoties
- De fysieke intelligentie: ademhaling, wandelen, beweging...
- De spirituele intelligentie: verbinden met anderen, kunst, muziek...

Dag 6: Creatief coachen

Tijdens deze integratiedag breng je het volledige coachmodel tot leven via creatieve werkvormen.

Je leert hoe je met materialen zoals duplo, foto's, grondplaten en andere materialen ook minder mondige cliënten kunt begeleiden. We sluiten de module af met een kennisquiz om het geleerde te verankeren.

Elke dag combineert theoretische onderbouw met praktische toepassing, reflectie en oefening.

3.2 Studiemateriaal

Brouwer, C. (2017). *Onorthodoxe interventies bij coachen. De kunst van het ontregelen*. Boom.

Clement, J. (2016). *Inspirerend coachen. De kunst van dynamisch en uitdagend coachen*. LannooCampus.

Engel, A. J. (2010). *Het handboek voor coaching: Methodieken, modellen, technieken en formulieren voor professionele coaching* (Deel 1: Basics; Deel 2: Mental coaching; Deel 3: Transformational coaching). Life University.

Van Craen, W. (2008). *Omggaan met anderen: Een communicatiekunst*. Acco.

Van der Pol, I. G. M. (2012). *Coachen als professie. Fundamenten voor begeleiding en gezondheid*. Boom Nelissen.

3.3 Werkvormen + toelichting

Deze microcredential wordt op de campus en online (vraagmomenten) aangeboden.

De lesvorm zal een combinatie zijn van

- theoretische kaders (colleges)
- praktijkvoorbeelden en oefeningen
- case studies en rollenspelen
- groepsdiscussies en peer feedback

We verwachten dat deelnemers tijdens de colleges actief meewerken. Dit houdt in dat de deelnemer de gevraagde resultaten en voorbereidingen kan voorleggen en dat het noodzakelijk voorbereidend studiewerk uitgevoerd is.

Het is eveneens mogelijk dat de deelnemer niet-begeleide werktijd krijgt. Deze uren vult een deelnemer zelfstandig in met:

- noodzakelijk voorbereidend studiewerk: verwerken van delen theorie in zelfstudie, voorbereidend opzoekwerk
- opdrachten (individueel en/of kleine groepen) en oefeningen voorbereiden en uitwerken

De deelnemer is zelf verantwoordelijk om deze uren nuttig in te vullen naargelang de persoonlijke of groepsnoden.

Er wordt op Toledo Ultra ook extra oefenmateriaal aangeboden.

4 Rubrieken niveau evaluatieactiviteit

4.1 Beschrijving evaluatieactiviteit(en)

De deelnemer toont aan dat hij/zij de vijf basiscompetenties van coaching beheerst.

De evaluatie gebeurt aan de hand van een **portfolio**, waarin de deelnemer zijn/haar leerproces en competentieontwikkeling documenteert. Dit portfolio bevat minstens volgende elementen:

1. **Een persoonlijk ontwikkelingsplan** (POP)
2. **Twee reflectieverslagen** (op basis van een erkend reflectiemodel) van oefenmomenten
3. **Eén reflectieverslag** (op basis van een erkend reflectiemodel) van een **gefilmd coachgesprek**, met expliciete vermelding van de initiële aanmeldingsvraag en de geherformuleerde coachvraag

Het **gefilmd coachgesprek** wordt uitgevoerd met een mededeelnemer, kennis of familielid (geen reële coachee) en omvat minimaal volgende onderdelen:

- Het bevragen van de huidige situatie aan de hand van het Functionele Analysemodel, waarbij de elementen van de coach-STER zichtbaar aan bod komen
 - Het verkennen van de gewenste situatie
 - Indien mogelijk: het verdiepen van mogelijke hindernissen en hulpbronnen
4. **Een eindverslag** waarin de deelnemer het eigen groeiproces reflecteert. Hierbij wordt per competentie beschreven wat de beginsituatie was, welke leeracties werden ondernomen en welke ontwikkeling werd gerealiseerd.

De evaluatie wordt beoordeeld met een 'geslaagd/niet geslaagd'-systeem.

4.2 Evaluatievorm

- Persoonlijk ontwikkelplan
- Schriftelijk
- Gefilmd coachgesprek

4.3 Aanpak tweede examenkans

Bij niet slagen krijgt de deelnemer een herkansingsopdracht.

De deelnemer herwerkt het portfolio op basis van de ontvangen feedback. Het portfolio wordt aangevuld en aangescherpt om alsnog aan te tonen dat de vijf basiscompetenties worden beheerst.

Daarnaast voegt de deelnemer een nieuw gefilmd coachgesprek toe, inclusief een bijhorend reflectieverslag (op basis van een erkend reflectiemodel), waarin de initiële aanmeldingsvraag en de geherformuleerde coachvraag expliciet worden opgenomen.

De evaluatie gebeurt opnieuw op basis van het bijgestuurde en aangevulde portfolio en wordt beoordeeld met een 'geslaagd/niet geslaagd'-systeem.