



OPLEIDING

TRANSITIE BASED COACHING

STiR gecertificeerd

Transitie Based Coaching

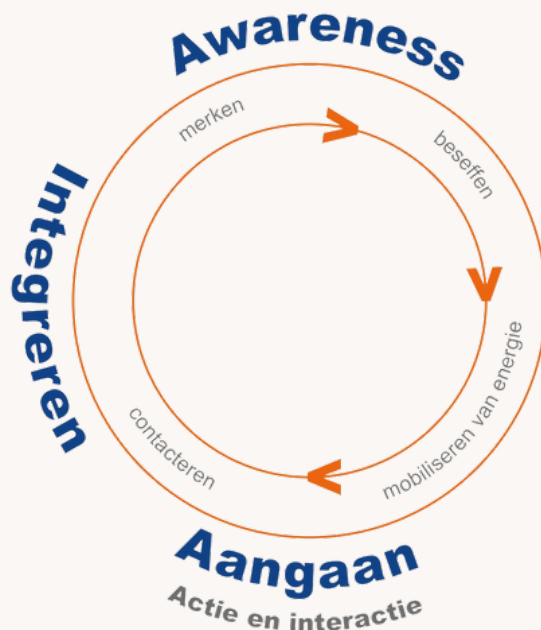
Welkom bij de opleiding tot Transitie Based Coach! Een unieke opleiding ontworpen om jou te professionaliseren tot coach en/of coachend leider.

Allereerst de vraag: wat is Transitie Based Coaching?

De essentie van Transitie Based Coaching ligt in het begeleiden van mensen in hun proces naar een volgende fase van groei en ontwikkeling. Dat kan persoonlijk zijn, professioneel, op het mentale, en vooral ook op emotioneel vlak. Ons uitgangspunt hierin is de ervaringscyclus, die integratie van nieuw gedrag mogelijk maakt door o.a. te werken met gevoel, contact maken, gewaarwordingen en het vergroten van het bewustzijn. Om vanuit daar de bereidheid tot actie te stimuleren.

Wat deze methode van coaching echt uniek en onderscheidend maakt, is dat je je richt op wat in het hier-en-nu aandacht behoeft. Onze visie hierop is, dat het vraagstuk en/of probleem waarmee mensen worstelen, zich manifesteert in hier-en-nu. Dus letterlijk 'mensen doen hun probleem voor je neus.' Door je eigen waarneming in te zetten en weerstand om te buigen naar leerstand, vergroot je het bewustzijn en de actiebereidheid van de ander om nieuw gedrag te integreren. Transitie Based coaching benadrukt het belang van leren door concreet te ervaren.

De theoretische bronnen van deze opleiding komen vanuit de Gestalt (Frederick Perls), het secure base gedachtengoed (Professor George Kohlrieser) en de ontwikkelingspsychologie.



Wat leer je in deze opleiding?

Je ontwikkelt een breed scala aan vaardigheden en methodieken om anderen effectief te kunnen begeleiden.

Coachende interventies: je leert werken met het inbrengen van je eigen waarneming. Dus, wat neem je fysiek waar bij de ander? Wat ervaar je in de wisselwerking? Wat hoor je en wat zie je? En hoe zet je deze waarnemingen in ten behoeve van de groei van de ander?

Werken met weerstand: je vergroot het bewustzijn en de actiebereidheid door stimulerende vragen te stellen, de ander nieuwe perspectieven te laten ontdekken en weerstand om te buigen naar leerstand.

Transitie en persoonlijke ontwikkeling: je daagt mensen uit om te experimenteren met nieuw gedrag en je neemt je eigen ervaringen mee in het coachingsproces. Je creëert een setting waarin mensen psychologische veiligheid ervaren.

Sensitiviteit en reflectie: je ontwikkelt een grote sensitiviteit voor verbale en non-verbale signalen om deze in te kunnen zetten ten behoeve van het leerproces van de ander.

Relatie en wisselwerking: je leert te werken met wat zich in het hier-en-nu aandient. Als coach vergroot je je impact door je directe waarneming in te zetten en de ander uit te dagen om te durven experimenteren in wisselwerking met jou als coach.

Wie gingen je allemaal voor in deze opleiding?

Deze opleiding bestaat nu 5 jaar in Nederland en de volgende beroepsgroepen hebben deelgenomen:

- Directieleden, management en leidinggevendenden vanuit verschillende sectoren: onderwijs, financiële dienstverlening, techniek, bouw, professionele services, defensie, overheid en zorg
- Professionals die zich willen scholen tot professioneel coach
- Partners van Accountancy firms
- HR professionals
- Projectleiders variërend van werkzaam in de bouw, tot IT services

De doelgroep kenmerkt zich door hún bereidheid om anderen te coachen op professionele en persoonlijke vraagstukken. De diversiteit van de deelnemers draagt extra bij aan een inspirerende leercontext.

Doordat deze opleiding geaccrediteerd is door het STiR, bestaat er de mogelijkheid om je te certificeren tot professional coach. (Dit is overigens geen vereiste.)

Hoe is de opleiding opgebouwd?

Onze opleiding is zorgvuldig opgebouwd om je theoretische kennis en praktische ervaring te bieden:

- **Theoretisch kader:** Je leert de principes uit ontwikkelingspsychologie, gestaltpsychologie, systemisch werk, psychosynthese en het secure base gedachtegoed.
- **Persoonlijk proces:** Je werkt met jezelf als instrument. Je krijg inzicht in je eigen levensthema's, kwaliteiten en ontwikkelingspunten.
- **Coachende interventies:** Je oefent met praktijkvraagstukken tijdens de opleiding.
- **Praktijkervaring:** Je maakt de vertaalslag naar je eigen werkcontext door coachende gespreksvoering en/of je begeleidt ten minste twee coachtrajecten (20 uur praktijkervaring ten behoeve van de STiR certificering).
- **Leercoaching:** Je reflecteert met trainers op de uitvoering van je coach sessies.

Waarom kiezen voor Humagine

Je leert niet alleen de theoretische achtergrond, maar je gaat vooral zelf in praktijk aan de slag in een veilige omgeving om de techniek eigen te maken. Humagine biedt met een team van ervaren coaches, ondernemers en professionals begeleiding gedurende de opleiding. Onze partners bundelen hun expertise om jou optimaal te ondersteunen in jouw transitie naar een professionele coach. Bij Humagine staat het succes van jou centraal.

Start jouw ontwikkeling naar meesterschap in coaching.

Ontwikkel jezelf tot een allround coach die anderen begeleidt in hun groei en ontwikkeling. Schrijf je in voor de Opleiding tot Transitie Based Coach en maak het verschil in het leven van anderen.

Een overzicht van de modules

MODULE 1: Awareness en Contact

Persoonlijke en professionele ontwikkeling: Deze module begint met een diepgaande verkenning van je eigen persoonlijke en professionele groei. Je leert reflecteren op je ervaringen, gedragingen en overtuigingen, en onderzoekt hoe deze je rol als coach en/of leidinggevende beïnvloeden.

Awareness op verschillende niveaus: Bewustwording wordt op verschillende niveaus onderzocht: jezelf (inzicht in je eigen gevoelens, gedachten en gedrag), de ander (begrijpen en empathisch reageren), en de wisselwerking tussen coach en coachee (dynamiek en interacties binnen de coachrelatie).

Gestaltformatie: Je leert de theorieën van de Gestaltpsychologie, met een focus op voorgrond en achtergrond in waarneming. Dit helpt bij het identificeren van wat werkelijk belangrijk is in een coachingssessie.

Fenomenologisch waarnemen: Door objectief en zonder oordeel te observeren, leer je de essentie van wat er in het hier en nu gebeurt te vangen en te begrijpen.

Includeren: Jezelf actief en authentiek inbrengen in de coachingsrelatie, zonder je eigen subjectiviteit te verbergen, versterkt de effectiviteit van je coaching.

Contactstijlen: Verschillende manieren om contact te maken en te onderhouden worden onderzocht, waarbij je leert flexibel om te gaan met verschillende situaties en coachees.

MODULE 2: Ervaringscyclus: Integratie van ervaring

Ervaringscyclus: De module introduceert het concept van de ervaringscyclus, die het proces beschrijft van bewustwording naar actie en vervolgens de integratie van nieuwe ervaringen.

Hanteren van weerstand: Technieken en benaderingen om weerstand bij coachees te herkennen en te transformeren naar een open houding voor leren en groei.

Werken met polariteiten: Onderzoek naar hoe tegenstellingen (zoals kracht versus kwetsbaarheid) een rol spelen in de ontwikkeling van de coachee en hoe je hier effectief mee kunt werken.

Growth en fixed mindset: Inzicht in hoe overtuigingen over leren en intelligentie (groei mindset versus vaste mindset) de ontwikkeling van coachees beïnvloeden, en strategieën om een groei mindset te bevorderen.

Feedback geven: Methoden voor het geven van constructieve feedback die gericht is op groei en ontwikkeling van de coachee.

MODULE 3: Levenslopen en Transitithema's

Levensloop en secure bases: Begrip ontwikkelen van de invloed van iemands levensloop en het belang van psychologische veiligheid in de coachrelatie.

Caring & Daring: Balans tussen zorg geven en uitdagen, waarbij je als coach een veilige omgeving creëert waarin coachees worden uitgedaagd hun grenzen te verleggen.

Transitie thema's: Focus op thema's die vaak voorkomen bij levensovergangen, zoals bewustwording, keuze dilemma's, omgaan met onzekerheid en angst, verlies en rouw.

In flow zijn: Streven naar optimale ervaringen en prestaties (flow) en hoe je coachees kunt begeleiden om deze staat te bereiken.

MODULE 4: Intake en Diagnose

Intakegesprek en doelen stellen: Leren hoe je effectieve intakegesprekken voert en duidelijke, haalbare doelen stelt voor het coachingstraject.

Functie van taal: Het belang van zowel verbale als non-verbale communicatie in coaching. Bewustwording van hoe je taal gebruikt om coachees te begeleiden.

Live intakegesprekken: Dieper ingaan op de technieken en vaardigheden nodig voor succesvolle intakegesprekken die leiden tot een helder begrip van de behoeften en doelen van de coachee.

Relatie opdrachtgever – coach – coachee: Het beheren van de dynamiek en verwachtingen tussen alle betrokken partijen (opdrachtgever, coach en coachee) om een succesvolle coachingervaring te garanderen.

MODULE 5: Coachingstijlen en Experimenten

Coachingstijlen: Verkenning van verschillende coachingsbenaderingen, zoals resultaatgericht coachen, awareness based coaching, en oplossingsgericht coachen.

Werkvormen: Diverse methoden en technieken om coachees te begeleiden, passend bij hun unieke behoeften en doelen.

Upgraden en downgraden van experimenten: Leren hoe je interventies kunt aanpassen aan de situatie en het niveau van de coachee, om optimale leerervaringen te creëren.

Sensory Awareness: Gebruik van je zintuigen als instrument in coaching om subtiele signalen op te vangen en effectiever te reageren op de behoeften van de coachee.

MODULE 6: Integratie en Afronding

Integratie van ontwikkeling: Samenbrengen van alle opgedane kennis en vaardigheden, zowel persoonlijk als professioneel, tot een coherent geheel.

Transfer naar de praktijk: Strategieën en technieken om de geleerde vaardigheden en kennis effectief toe te passen in de praktijk van coaching.

Manifestatie: Realisatie van persoonlijke en professionele doelen, en het zichtbaar maken van je ontwikkeling als coach.

Afronden van de opleiding: Evaluatie van het leertraject, reflectie op de groei en ontwikkeling, en planning voor de toekomst.

Duur van de opleiding

De opleiding tot Transitie Based Coach bestaat uit 154 opleidingsuren. Deze zijn verdeeld over 6 bijeenkomsten van 2 aaneengesloten dagen, intervisie, zelfstudie en een praktijkexamen. De werktijden zijn gedurende de 2 dagen van 9.30 tot 17.00 uur.

Het aantal deelnemers is minimaal 8 personen en maximaal 12 personen.

Data

Module 1:	5 en 6 juni 2025
Module 2:	3 en 4 juli 2025
Studiedag:	9 september 2025
Module 3:	11 en 12 september 2025
Module 4:	9 en 10 oktober 2025
Module 5:	6 en 7 november 2025
Module 6:	11 en 12 december 2025

Locatie

De locatie van de bijeenkomsten is de Humagine Academy in Vlaardingen. Overnachting is voor eigen rekening mogelijk in het nabij gelegen Delta Hotel.

Kosten

Kosten voor de opleiding:
€ 3.975,- exl btw

Is deze opleiding iets voor jou?

Ontwikkel jezelf tot Transitie Based Coach en start met de opleiding! Je kunt jezelf aanmelden door een email te sturen naar info@humagine.nl. Vervolgens nemen we contact met je op voor een telefonische intake met één van de opleiders ter kennismaking, beoordelen of deze opleiding aansluit bij jouw opleidingsachtergrond en ervaring en verheldering van wederzijdse verwachtingen.

Trainers

Pierre Mellegers



Pierre heeft ruim 28 jaar ervaring in mens- en organisatie georiënteerde rollen: HRM en MD professional, trainer, opleider, coach in zowel de profit als non-profit op allerlei levels in organisaties. Pierre heeft informatica gestudeerd en tevens zijn bachelor in HRM en een master in Change Management (SIOO). Voorts is hij gecertificeerd gestaltcounselor en coach. 'Ik richt me in mijn werk graag op het snijvlak van strategie, professionele ontwikkeling en het faciliteren van samenwerkingstransities. Het is fascinerend om het verborgen potentieel in mensen vrij te maken.'

Gecertificeerd: Gestalt Practitioner in Organisations (EAGT).

Annemie Celis



Annemie werkt ruim 25 jaar als trainer-coach-facilitator voor zeer diverse organisaties (profit en social-profit). 'Sommige thema's vragen diepgang en daarom schoolde ik me bij tot gecertificeerd gestalttherapeut, -coach, -supervisor en systemisch familie- en organisatieopsteller. Mijn passie gaat uit naar het opleiden van coaches, leidinggevendenden, trainers en andere professionals. Ik werk graag op het raakvlak tussen mens en werk, net daar waar échte transities plaats vinden.'

Gecertificeerd: Gestalt-therapeut,(NVAGT), Gestalt Practitioner in Organisations (EAGT).

Jacqueline Heijndijk



Jacqueline Heijndijk heeft ruim 25 jaar ervaring als leidinggevende binnen grote ondernemingen en heeft daarnaast een topsport achtergrond waarin ze zelf op het hoogste niveau heeft gespeeld en tevens teams heeft gecoacht. Ze is opgeleid als register-accountant en heeft de afgelopen jaren steeds meer invulling geven aan haar passie voor mensen. Bijdragen in de bewustwording van mensen, zodat zij bewuster worden van wat belangrijk voor ze is, betere keuzes kunnen maken en daarmee duurzame resultaten geeft me iedere dag weer energie.

Gecertificeerd: STiR coach

Wieteke van den Boogert



Met ruim 20 jaar als personal coach begeleidt Wieteke professionals en teams naar meer rust, balans en optimale prestaties. CIOS & NASM opgeleid en sinds 2024 ook transitie coach. Verder is zij strength & conditioning trainer en geeft zij ijsbad workshops. Haar passie ligt in het begeleiden van mensen in transitie, waarbij ze energie haalt uit het stimuleren van verandering op het gebied van gezondheid, vitaliteit & mindset. "Ik haal enorm veel energie uit het begeleiden van mensen in hun transitie naar een gezonder en vitaler leven, waarbij ik hen zowel mentaal als fysiek help om echte veranderingen door te voeren."