



KORTHAGEN
Opleidingen
www.korthagen.nl

Cursus Zijnsgericht Coachen (niveau 2)

In deze vervolgcursus wordt voortgebouwd op de principes uit de cursus Krachtgericht Coachen. Centraal staan contact in het hier-en-nu en werken op de diepere lagen van het ui-model. De cursus Zijnsgericht coachen ontwikkelt universeel gewaarzijn, sensitiviteit, innerlijke wijsheid en vitale energie, op basis van inzichten uit de westerse en oosterse psychologie. Theorie en praktijk gaan hand in hand, evenals persoonlijke en professionele ontwikkeling.



Doel en opbrengst

Deelnemers aan deze cursus vergroten hun effectiviteit in het werken op de diepere lagen van de persoonlijkheid, vanuit gewaarzijn en presence. Zij leren dit in professionele contexten te hanteren. Daardoor kunnen zij transformaties ondersteunen, bij anderen en bij zichzelf die voldoen aan de kenmerken van 3D-leren:

- **Diepgaand**
- **Duurzaam**
- **Doorwerkend in gedrag.**

Inhouden/competentiegebieden

1. Theorie en oefeningen over transpersoonlijke psychologie en Zijnsgericht coachen:

- Coachen op identiteits- en kernniveau door integratie van denken, voelen, willen, doen en Zijn
- Transformatief coachen
- De kracht van de kern laten doorstromen in de persoonlijkheid
- Identiteit en authenticiteit
- Body-mind-patronen en hun kwaliteiten
- Het benutten van krachten uit de persoonlijke geschiedenis van mensen
- Hanteren van overdracht en tegenoverdracht en manipulatiestrategieën
- Identificatie en disidentificatie(technieken)

2. Leren observeren van lichaamstaal en intuïtief waarnemen:

- (Ondersteunen van) gewaarzijn van het lichaam als drager van ervaringen
- Mindfulness en presence en de verbinding met het dagelijks werk/leven
- Egostructuren versus kernpotentieel en het overstijgen van polariteiten
- Leren vertrouwen op het innerlijk weten

3. Technieken voor het tastbaar/voelbaar maken van diepere kernwaarden, energieën en blokkades:

- Werken met technieken uit Gestalt, psychosynthese, neo-RET, de Diamantbenadering van Almaas en oosterse wijsheidstradities
- Werken met imaginatietechnieken
- Werken met opstellingen in de ruimte, gericht op vragen als: wat wil zichtbaar worden, wat wil bewegen?

De doelgroep

De doelgroep is breed: coaches, opleiders, trainers, begeleiders in de zorg en welzijn, leidinggevenden in de profit- en non-profitsector, docenten en mentoren in het onderwijs.

Toelatingseis

Een vereiste is dat deelnemers een cursus op niveau 1 hebben gevolgd (krachtgericht coachen).

Werkwijze

Het traject bestaat uit een tweedaagse, gevolgd door drie vrijdagen met in de tussenliggende periodes toepassing van het geleerde, intervisie, het lezen van literatuur en een eindopdracht. De werkwijze is praktisch en concreet. Theorie en praktijk worden steeds verbonden. Er wordt gewerkt met demonstraties, begeleide en onbegeleide oefensessies, gewaarzijnsoefeningen (mindfulness), meta-besprekingen, persoonlijke visie-explicitering en korte theorieblokken. Er is aandacht voor proceswerk op basis van persoonlijke ervaringen en thema's.

Cursusleiding

De cursus wordt gegeven door **Karen van Garsse** en **Mischa Korthagen**. Zij zijn beiden intensief opgeleid als trainers kracht- en Zijnsgericht coachen door Fred Korthagen en Ellen Nuijten.



Karen Van Garsse heeft een Master Toegepaste Economie. Zij heeft managementervaring, is ondernemer en heeft meer dan 15 jaar ervaring in het coachen van leiders, professionals, teams en organisaties. Ze is geïnspireerd door Kracht- en Zijnsgericht coachen, systemisch opstellingswerk, Theory U, gedeeld leiderschap, groepsdynamica en Deep Democracy. Ze is ook opsteller van familie- en organisatiesystemen. Sinds 2013 is ze gecertificeerd bij de Internationale Coach Federatie (PCC).

Karen zegt: *“Wat mij bezielt is getuige te mogen zijn van de levensenergie die zich ontvouwt in en tussen mensen.”*

Mischa Korthagen is (als zoon van Fred Korthagen en Ellen Nuijten) van jongs af aan opgegroeid met aandacht voor thema's zoals reflectie, kwaliteiten en Zijn. Mischa zegt: *“Gaandeweg is het ook mijn missie geworden om die thema's de wereld in te brengen, om anderen te helpen groeien naar meer bewustzijn en om hun kracht aan te boren.”*

Mischa heeft drie bachelorstudies in de bèta-richting afgerond en gaat beginnen aan een master Humanistiek, omdat begeleidingswerk bij hem past. Hij werkt als personal coach en als trainer bij Korthagen Opleidingen. Ook heeft hij cursussen en kampen georganiseerd voor jongeren en jongvolwassenen met de focus op hun mentaal welzijn, zelfsturing en spirituele ontwikkeling.

Studiebelasting

De totale studiebelasting (cursus plus opdrachten) is minimaal 8 dagen.

Afsluiting van de cursus

Aan de cursus is geen examen of diploma verbonden, maar de deelnemers ontvangen na afloop een certificaat van deelname, mits zij bij minstens 80% van de contacturen aanwezig waren en de opdrachten hebben uitgevoerd.

Plaats: een conferentiecentrum in het midden van het land.

Kosten

De cursusprijs bedraagt € 1595,- (incl. cursusmateriaal, koffie, thee en lunches). Hierbij is geen overnachting inbegrepen. Desgewenst kan een overnachting afzonderlijk geboekt worden bij het conferentieoord.

Boek Zijnsgericht coachen

Aanbevolen wordt om voor of tijdens de cursus het boek *Zijnsgericht coachen* van Fred Korthagen en Ellen Nuijten te lezen (uitgeverij Boom, te bestellen via de website www.korthagen.nl of via de boekhandel).