

Huiswerk OSC en aanwezigheid

Aanwezigheid en voltooiing van de opleiding:

- We gaan uit van alle blokken aanwezigheid.
- Indien er een zwaarwegende reden is kan er maximaal 1 blok (2 dagen) van de opleiding worden gemist. De deelnemer dient de gemiste stof 'op te halen' bij de leden van de oefengroep.
- Voor voltooiing van de opleiding voert deelnemer 3 coachgesprekken en schrijft daar een reflectie over aan de hand van het format en geeft tijdens de opleidingsblokken en met het verslag blijk dat hij/zij kan reflecteren op de innerlijke houding. Het reflectieverslag wordt door 2 deelnemers van de opleiding gelezen en voorzien van feedback.
- Als er meer dan 2 dagen worden gemist dan komt de deelnemer niet in aanmerking voor het certificaat van voltooiing. In overleg kan er een deelcertificaat van deelname worden gemaakt.

Huiswerk

Na elk blok kan er aanvullend huiswerk worden gegeven.

Na blok 1:

- Doe de oefeningen die tijdens het blok zijn gedaan. Wellicht was je tijdens de opleidingsdagen wel coach maar niet coachee of andersom.
 - Oefening trouw/ontrouw
 - Maak een genogram met iemand
 - Zorg dat je 'De draai naar het leven' hebt gedaan.
 - Verken van hoeveel systemen je deel uitmaakt. Verken welke systemische functie/plek je daar hebt.
- Lees Hoofdstuk 1, 2, 3.1, en 4

Na blok 2

- Doe de oefeningen die we gedaan hebben.
- Oefen een coachgesprek (Stop en GO) met de checklist
 - Welke systemen hoor je?
Wat nemen je systemische spieren waar?
Welke systemische principes spelen mee in vraag?
Welke dynamieken bespeur je?
Welke fase op de berg?
Welke vragen openen en welke niet?
- Kijk naar documentaire de Familie Hond

Vragen voor bij de documentaire *Het zwijgen van de familie Hond*

https://www.npostart.nl/KN_1701084

- Wat voor soort emoties ervaart de dochter? (Zie gevoels-categorieën reader)
- Met welke dynamiek zouden de nachtmerries van de dochter verband kunnen houden? Of: wat probeert het systeemgeweten "te doen" door deze nachtmerries en emoties te laten ervaren in de dochter?
- Wat kan maken dat de vader niet eerder interesse had in de geschiedenis van zijn ouders.

- Waarom heeft de dochter nu wel interesse in diezelfde geschiedenis?
- Wat is het effect van het bezoek en de reis naar Auschwitz?
 - Voor vader
 - Voor dochter
 - Voor het familiesysteem

Na blok 3:

- Doe de oefeningen die we gedaan hebben
- Doorzicht op huiswerk na blok 4. Je kunt dus al hier mee beginnen en afspraken maken met je mede deelnemers:

Doe 3 coachgesprekken en schrijf een korte reflectie (zie format) daarop en stuur naar 2 mede deelnemers. Het kan handig zijn als je dit al organiseert met je mede deelnemers na blok 3. De afspraken daarover worden in de oefengroep of in de WhatsApp groep verder gemaakt.

Format reflectie: reflecteer aan de hand van de onderstaande vragen naar aanleiding van je 3 coachgesprekken:

1. Wat was je leerdoel aan de start en hoe kun je daarop reflecteren?
2. Als je de coach checklist na het gesprek doorneemt waar ben je tevreden over en waar wil je nog meer op ontwikkelen?
3. Wat heb je geleerd in de gesprekken over je systemisch coachschap?

Gastcliënten voor blok 4: dag 1 om 13.30 tot 15.00 en dag 2 om 9.30-11.00

Na blok 4:

- Doe de oefeningen die we gedaan hebben

1 Vervolg van de 3 coachgesprekken en schrijf daar een reflectie op van max 1 A4 (zie format)

- Deel je reflectie met 2 mede deelnemers.
- De 2 mede deelnemers formuleren vragen en feedback voor de coach

Format: reflecteer aan de hand van de onderstaande vragen naar aanleiding van je 3 coachgesprekken:

1. Wat was je leerdoel aan de start en hoe kun je daarop reflecteren?
2. Als je de coach checklist na het gesprek doorneemt waar ben je tevreden over en waar wil je nog meer op ontwikkelen?
3. Wat heb je geleerd over je systemisch coachschap

2 Beleg een meeting (kan online) waarin je je laat bevragen door de 2 mede deelnemers op je reflectieverslag en vise versa. Dit kan weer een nieuw leerdoel worden voor de online coach dag na blok 4

Na de online dag:

Lees hoofdstuk 5: de kunst van het helpen.