

# SCHEMA COACHING

VOOR MANAGERS EN  
LEIDINGGEVENDEN  
16 SESSIES

## 'ALLES GEDAAN KRIJGEN VAN JE MEDEWERKERS'

succesvolle leiders geven medewerkers de verantwoordelijkheid die ze aankunnen

### SESSIE 1

- Waarom uw brein best wil veranderen
- Nadere uitleg over schemacoaching voor managers (modi en basisbehoeften)
- Uw vragen, context en doelen in beeld
- Sneakpreview succesvolle leiders

*Hulpmiddel:* reflectie op uw inbreng

### SESSIE 2

Eerste kennismaking met uw volwassen kant/ talenten, 'blijje' kant, coping/ belemmerende gedrag patronen, kwetsbare kant/ negatieve kernopvatting en interne criticus

*Hulpmiddel:* reflectie op uw inbreng

### SESSIE 3

Komen tot een definitief beeld van u als persoon en van de hygiëne factoren om fit te blijven als leider

*Hulpmiddel:* logboek 'start herkenning modi in de praktijk'

### SESSIE 4

Werken met uw interne criticus en kwetsbare kant door toepassing van stoelentechniek en cognitieve beschouwing

*Hulpmiddel:* logboek nog meer herkennen

### SESSIE 5

Versterken van de inzet van uw talenten in plaats van uw coping-systeem door:

- rollenspel
- imaginatie en
- concrete voorbeelden

Doel: kleine stappen zetten

*Hulpmiddelen:* start met nieuw gedrag + doelbord

### SESSIE 6

Een nadere beschouwing: copingsysteem als vriend en toch ook weer niet d.m.v. stoelentechniek

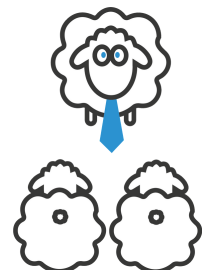
*Hulpmiddel:* logboek herkennen coping

### SESSIE 7

Succesvol leider zijn door te werken met combicultuur, verantwoordelijkheid naar draagkracht en basisbehoeften.

Een andere kijk op het zijn van coach, teambouwer, visionair, taakgericht leider, ondernemend leider en coördinator.

*Hulpmiddelen:* leiderschapsinstrumenten



## SESSIE 8

Nog meer werken met de interne criticus en kwetsbare kant door:

- imaginatie
- stoelentechniek

*Hulpmiddelen:* logboek blijven herkennen modi + 'blijve' kant beter leren kennen

## SESSIE 9

Nieuwe leiderschapstechnieken voor succesvol leiderschap ontdekken en bespreken van uw praktijkvragen

*Hulpmiddelen:* overzicht technieken op terrein van visie, gedragspatronen doorbreken, weerstand, verandering en teamontwikkeling

## SESSIE 10

Vechten tegen uw coping door middel van

- stoelentechniek
- imaginatie en
- uitdagen

*Hulpmiddelen:* logboek zelf uitdagen en zelf visualiseren

## SESSIE 11

Sterker maken van uw positieve kernopvatting d.m.v. uitdagen en concrete voorbeelden

*Hulpmiddelen:* doorgaan met uw nieuwe leiderschapstijl + logboek + uitdagen + visualiseren

## SESSIE 12

Steeds meer afstand doen van uw interne criticus en copingsysteem door toepassing van stoelentechniek en uitdagen.

*Hulpmiddelen:*

- doorgaan met uw leiderschapstijl
- 360 graden feedback

## SESSIE 13

Uw talentvolle kant als leider versterken door het bespreken van feedback en leiderschapstechnieken

*Hulpmiddelen:*

- coach worden van uzelf: totaalbeeld managen
- logboek
- uitdagen
- visualiseren
- hygiëne factoren

## SESSIE 14

Kapitein op uw eigen schip met toepassing van stoelentechniek

## SESSIE 15

Onderhoud op basis van ervaringen afgelopen tijd

## SESSIE 16

- Afsluiten traject
- Tips voor zelfcoaching



**SCHAEPEKENS**

*daadwerkelijk veranderen*