

STUDIEGIDS

Professional Haptonomie en non-verbale communicatie



Inhoudsopgave

1.	Inleiding	3
2.	Begrippenkader	5
3.	Uitgangspunten Academium	6
4.	Opleiding is fasen <ul style="list-style-type: none">• Overzicht 3 opleidingen	8
5.	Opleiding Professional Haptonomie en non-verbale communicatie <ul style="list-style-type: none">• Doel• Resultaten• Programma opbouw	
6.	Impressie opleidingsdag	11
7.	Programma per opleidingsdag <ul style="list-style-type: none">• Inhoud en doel• Competentie• Onderdelen• Thuiswerk	12
8.	Tijdsinvestering en studiebelasting	25
9.	Toelating	25
10.	Toetsing, beoordelingscriteria, examenreglement	26
11.	Docenten	27
12.	Literatuur	28
13.	Contactgegevens	29



1. INLEIDING

Voor je ligt de studiegids van Academium over de opleiding Professional Coach Haptonomie en non-verbale communicatie. Met genoegen laten we je in deze studiegids kennismaken met de uitgangspunten en de inhoud van de opleiding en hoe we je helpen in je professionele en persoonlijke ontwikkeling als coach.

Je kunt in deze gids lezen wat de opleiding je gaat brengen, als persoon en als professional. We zetten uiteen vanuit welk kader we werken, welke doelstellingen we nastreven en op welke wijze we dat doen. Ook kan je lezen wat er van jou wordt gevraagd aan investering in tijd en energie.

Tot slot geven we een overzicht van alle opleidingen van Academium zodat je een zo helder mogelijk beeld en gevoel krijgt bij de plek en doorstroom mogelijkheden.

Iets over ons: ontstaan en ambitie van Academium

De opleiding is ontstaan vanuit een waargenomen lacune en veel gehoorde ontwikkelbehoefte van coaches op het gebied van 'voelen' en non-verbale communicatie. Meer specifiek geeft het antwoorden op veel gestelde vragen als:

- "Hoe speel ik het beste in op het non-verbale gedrag van de ander?"
- "Hoe gebruik ik mijn eigen gevoelens in mijn coaching, hoe zet ik ze in?"
- "Ik let al veel op non-verbale dynamiek: hoe haal ik er nog beter uit wat er in zit?"
- "Hoe voorkom ik dat ik te veel leegloop of in mijn hoofd ga zitten?"
- "Wat roep ik onbewust op bij anderen en waar zit dat in?"
- "Hoe kan ik mijn lijf meer of beter gebruiken in mijn rol als coach of trainer?"
- "Welke feedback op non-verbale communicatie heeft het meeste effect?"

De opleiding geeft antwoord op deze vragen. We helpen je als coach om zowel de taal van je eigen lijf als dat van de mensen met wie je werkt, beter te leren verstaan. We helpen je die taal te ervaren, doorgronden en vertalen naar waar 'het over gaat' bij jezelf en bij de ander. Je interventie repertoire ontwikkelt zich zo enorm. Je scherpt je voelende vermogens aan, wordt creatiever en trefzekerder en je 'werkt' met meer gemak en vaardigheid met je eigen en andermans gevoelens en lijfelijke signalen. Je ziet je 'zelf' niet alleen als instrument, je bent het (nog) meer geworden.

Onze ambitie en verlangen is het creëren van een olievlek van coaches die verstand ontwikkelen van hun gevoelens en de signalen van hun eigen en andermans lijf leren verstaan. Een groeiende groep coaches die, naast hun reeds ontwikkelde vaardigheden, gevoelens en non-verbale communicatie centraal stellen. Van zichzelf en van anderen. Zodat ze de interactie dynamiek op meerdere lagen bewust zijn en die centraal stellen in hun



begeleiding. We willen zo een bijdrage leveren aan de ontwikkeling binnen organisaties en de gezondheidszorg door de kwaliteit van de verbindingen te ontwikkelen. Voor betere samenwerking, minder leed en betekenisvollere resultaten.

Waar we binnen het vakgebied in geloven en waar we voor gaan.

Belangrijk is dat we het fenomeen onderschrijven dat ons lijf en non-verbale communicatie ons constant informatie geeft over hoe iemand of iets ons raakt. En we onderschrijven dat in de expressie van die beleving ieder op zijn of haar beurt invloed uitoefent op de beleving van anderen: er is een constante wisselwerking. Zo roept beweging weer een beweging op. In je dagelijkse leven en in je professionele rol.

De beweging die jij bij anderen oproept is daarbij niet toevallig. Die is namelijk ook een gevolg van jouw eigen beweging. En die inzet van een ieder kent een karakteristiek en uniek non-verbale repertoire. Niemand beweegt hetzelfde, niemand is hetzelfde. Met alle kwaliteiten en valkuilen in communicatie en coaching tot gevolg.

Je non-verbale repertoire (van je stem, ademhaling, houding, bewegingen, gezicht expressie, hoe je aanraakt etc) is, als het aankomt op gevoelens en overtuigingen, dominant over de inhoud en bepaalt zo in hoge mate onze kwaliteit van de verbinding met anderen.

En door bij deze dominantie vaker en bewuster stil te staan, ontwikkel je het vermogen om niet alleen dichterbij jezelf te blijven maar ook dichterbij de ander te komen. In het hier-en-nu ervaar je dan meer reflectie mogelijkheden op wat er gebeurt in de interactie, je ontwikkelt keuzevrijheid over de wijze waarop je reageert of intervenueert.

Het vergroten van die keuzevrijheid en die creativiteit; daar is het ons om te doen. Het aanscherpen van je voelende vermogen om bewust te zijn van je lichaamstaal is daarvoor de sleutel die we gebruiken. De uniciteit van je non-verbale repertoire gaan we op een aantal manieren ontsluiten;

Allereerst: je lichaam spreekt een taal die voelbaar is voor jezelf. Het aanscherpen van je voelende vermogen en je vermogen woorden te geven aan lijfelijke en gevoelservaringen zijn vaardigheden die we veelvuldig gaan oefenen.

Vervolgens: je lichaam spreekt een taal die zichtbaar, hoorbaar en voelbaar is voor anderen en die informatie gaan we uitgebreid met je delen en onderzoeken.

Tenslotte: ontwikkelen we je non-verbale interventie repertoire. Daarin staat het feitelijk waarnemen, benoemen en gewaar zijn van je eigen lijf en dat van de ander centraal.

Mocht je vragen hebben schroom dan niet contact met ons op te nemen!

Veel leesplezier.

Namens alle docenten en medewerkers.

André de Jong



2. BEGRIPPENKADER

Haptonomie, non-verbale communicatie en waarnemen zijn de belangrijke pijlers binnen de opleidingen van Academium. Hieronder tref je een omschrijving aan van de inhoud en de betekenis die wij eraan geven.

Haptonomie gaat uit van het belang en de kracht van gevoelens in de communicatie. Uitgangspunt en wetenschappelijk feit is dat gevoelens in belangrijke mate invloed hebben op ons denken en ons doen. Gevoelens die we ontwikkelen op basis van een selectie van onze zintuigelijke waarnemingen. Hoe en of mensen die gevoelens bij zichzelf herkennen en hoe ze die uiten naar anderen is van grote invloed op de helderheid en de kwaliteit van het contact met zichzelf en anderen.

Haptonomie werd in de jaren 50 ontwikkeld door dr. Frans Veldman, in samenwerking met Volkmar Glaser, als antwoord op de natuurwetenschappelijke benadering van de mens in die tijd. Sinds zijn vertrek naar Frankrijk heeft de haptonomie zich in Nederland verder ontwikkeld. Binnen de haptonomie wordt met name een fenomenologische visie op persoonlijkheid gehanteerd. Dat wil zeggen dat men de mens als een uniek wezen beschouwt en dat de subjectieve waarneming en ervaring van de werkelijkheid van groot belang is. Uitgangspunt daarbij is dat de mens van nature goed is ('deugt') en gericht is op zelfverwerkelijking.

Haptonomie beziet de mens in relatie tot zijn omgeving waarbij zij zich vooral richt op het belang en de kracht van de gevoelens en hun invloed op denken en handelen. En omgekeerd: de invloed van denken en handelen op voelen. Uitgangspunt is dat de mens vooral een voelend wezen is. Rechtvaardiging daarvan zit hem in het feit dat de ratio zich zowel neurologisch (binnen een mensenleven) als biologisch (door de eeuwen heen) later in het leven ontwikkelt. Het voelende vermogen van de mens wordt binnen de haptonomie dan ook gezien als belangrijk fundament voor de ontwikkeling van intellectuele en contactuele kwaliteiten. Dat voelende vermogen is bovendien een zintuigelijk vermogen en kan aangescherpt worden. Dat aanscherpen leidt tot diepgang en persoonlijke ontwikkeling.

Met non-verbale communicatie bedoelen we elke vorm van uitwisseling van boodschappen tussen mensen of levende wezens via niet-talige signalen of tekens: 'zonder woorden'. Onder non-verbale communicatie bedoelen we dus niet de gebarentaal. Stemtaal en paralinguïstiek vallen wel onder non-verbale communicatie. Verder richten we ons met name op die wetmatigheden in de non-verbale communicatie die niet afhankelijk zijn van cultuur of het tijdsgewricht. Binnen de communicatie speelt de non-verbale communicatie een aantoonbaar belangrijke rol. We zijn zeer gevoelig voor de expressie van de stem, houdingen en bewegingen. Deze zichtbare, voelbare en hoorbare signalen hebben een dominante rol in hoe we overkomen op anderen. Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat ze tegelijkertijd de expressie zijn van momentane gevoelens. Interactiedynamiek is derhalve voor een groot deel bewegings- en gevoelsdynamiek.



Waarnemen

We onderschrijven dat aan elke actie en reactie in het contact tussen mensen de waarneming ten grondslag ligt. We zien, voelen, horen en ruiken de ander. De informatie die we zo opdoen bepaalt hoe we ons voelen, hoe we denken, reageren en ons opstellen. Onze waarneming is daarmee allesbepalend voor ons gedrag: in groepen, in relaties en in onze rol als coach. Ze vormt de belangrijkste basis voor onze interacties met onze klanten, bepaalt onze interventies en keuzes voor een leeraanbod.

Aangezien onze waarneming uiteindelijk ook onze gevoelens aanstuurt bepalen onze waarnemingen ook hoe wij anderen ervaren. En die gevoelens vertalen zich weer door in onze non-verbale communicatie waarop anderen weer op hun eigen wijze reageren.

Gezien deze cyclus is het als professional van groot belang om te onderkennen hoe de kleuring van onze eigen waarneming is. Zodat we onze eigen subjectiviteit door en door leren kennen. Door het consequent oefenen in het scheiden van feiten, interpretaties en gevoelens te scheiden ontwikkel je dit bewustzijn meer en meer. En door die scheiding te eerbiedigen doe je jezelf en de ander recht.

3. ONZE UITGANGSPUNTEN

We gaan ervan uit dat de essentie van het vak van coach, trainer of therapeut het vermogen is om te reflecteren op de dynamiek die in het contact ontstaat. Wij zijn specialisten in interactie dynamiek.

Belangrijke uitgangspunten daarbij zijn binnen de opleidingen van Academium:

1. Interactie dynamiek bestaat voor een groot deel uit non-verbale communicatie;
2. Onze eigen non-verbale expressie weerspiegelt veel van onze eigen gedachten en gevoelens. In deze zin vormen ze een bron van informatie voor reflectie op de eigen interne dynamiek in het conflict;
3. Onze eigen non-verbale expressies reageren op de non-verbale expressie van anderen. De ander weerspiegelt zich non-verbaal en gevoelsmatig in jou en vice versa. Via de ander leer je dus jezelf kennen en weer omgekeerd.
4. Onze eigen non-verbale expressie beïnvloedt de non-verbale expressie van anderen. In deze zin vormen ze een bron van interventiemogelijkheden op de interactie dynamiek met de cliënt en de interne dynamiek van de cliënt;
5. Het gewaar zijn van de eigen non-verbale dynamiek vormt derhalve een ingang om bewust te zijn wat er zich in ons afspeelt aan gevoelens, opvattingen, interpretaties en



gedachten. Dit 'gewaar- zijn' is voorwaardelijk voor elke vorm van reflectie op de dynamiek met de mensen met wie je werkt. De diepgang van deze gewaarwording bij jezelf is van grote invloed op de diepgang (en dus het resultaat) in je begeleiding.

6. Het vermogen om de eigen non-verbale expressie (houding, beweging, stem, adem en mimiek) waar te nemen hebben we voor een groot deel te danken aan onze tastzin. Het aanscherpen van het zintuigelijk voelende vermogen maakt dat je bewuster wordt van je eigen lijfelijke signalen.

7. De kwaliteit van je reflectie ontwikkel je verder door het scheiden van je feitelijke waarnemingen, interpretaties en gevoelens. Zo blijft de scheiding van het 'mijn en dijn' gewaarborgd. Aandacht voor wat feitelijk waar te nemen is aan non-verbale dynamiek is derhalve van belang;

8. Aan elke actie en reactie in het contact tussen mensen ligt de waarneming ten grondslag. Onze waarneming is allesbepalend voor ons gedrag: in groepen, in relaties en in onze rol als coach. Ze vormt de basis voor onze gevoelens en beeldvorming en interacties. Gevoelens die zich opnieuw vertalen in onze non-verbale communicatie waarop anderen weer (opnieuw) op hun eigen wijze reageren;

9. Het onderkennen van deze cyclus leidt tot besef waar en hoe de eigen kleuring en subjectiviteit in onze eigen waarneming komt. Het vermogen om feiten, interpretaties en gevoelens te scheiden is leidend in dit leerproces;

10. Centraal in dit proces staat dat het niet gaat om goed of fout of om 'het verbeteren van je non-verbale communicatie'. We zien je lijf niet als een visitekaartje dat je mooier zou willen maken maar wel als de tastbare realiteit in het hier-en-nu. Je bént vooral je lijf. Je lijf liegt nooit en is een bron van informatie over de interactie;

11. Bewustwording en acceptatie ontwikkelen van je eigen specifieke neigingen in je non-verbale expressie, met de onderliggende gevoelens, intenties, pijnlijkheden en beeldvormingen is een leerroute die leidt tot een diepere verbinding met jezelf, meer zelfregie en keuzevrijheid;

In de opleidingen bij Academium richten we ons derhalve op de bewustwording en waarnemen:

- De samenhang tussen non-verbale communicatie en gevoelens;
- De samenhang tussen voelen, denken en doen;
- De samenhang tussen waarnemingen, interpretaties en gevoelens.



4. OPLEIDING IN FASEN

Het aanbod van Academium bestaat uit 3 afzonderlijke opleidingen met een eigen profiel. Het succesvol afsluiten van de opleiding Professional Haptonomie en non-verbale communicatie geeft toegang tot de opleiding Master Haptonomie & non-verbale communicatie. die weer toegang geeft tot de opleiding tot Haptonoom. Elk jaar rond je af met het behalen van een diploma en verschaft toelating tot het volgend jaar.

Academium 1e jaar: Professional Haptonomie en non-verbale communicatie interactie.

Hierin ligt het accent op de coach zelf. Ervaringsleer en kennis en kunde over met name de eigen non-verbale communicatie, gevoelens en waarneemstijl staan centraal. Je scherpt jezelf 'als instrument' aan door het ontwikkelen van je waarnemende vermogen, je voelende vermogen en het ontwikkelen van je stijlbereik.

Academium 2e jaar: Master Haptonomie & non-verbale communicatie.

Dit is een opleiding waarin je leert een non-verbaal assessment af te nemen en een perspectief voor ontwikkeling te schetsen. Zonder aan jezelf voorbij te gaan ligt het accent meer op de ander: de persoon of personen met wie je werkt. Je leert hoe je aan de hand van waarnemingen in specifieke (non-verbale) testsituaties uitspraken kunt doen over iemands persoonlijke non-verbale patronen en hoe die correleren met de manier van voelen, denken en handelen.

Academium 3e jaar: Haptonoom

Het vak van haptonoom is een ambacht waarin aanraken een van de belangrijkste vaardigheden is. Je komt letterlijk en figuurlijk nabij en in die interactie dynamiek zitten vaak de leermomenten. Je wilt in die nabijheid dan ook leren voelen en weten wat je doet. We starten met het zelf nog bekender raken met de haptonomische fenomenen in aanraking. Wat wordt er daarbij in jouw aangeraakt en hoe ga je daarmee om?

Daarna leer je hoe je verschillende vormen van aanraken zelf 'in de vingers' krijgt. Dat is, naast enig talent, vooral een kwestie van heel veel vlieguren maken. Je werkt dan ook naast de opleiding in een oefengroep. Tot slot van de opleiding werken we aan de integratie van je vaardigheden in waarnemen, je conclusies uit de intake, je aanbod aan ervaringsoefeningen en je aanraakvaardigheden.

Bijscholingen

Naast de reguliere opleiding biedt Academium nascholing aan. Dit is een wisselend aanbod; zie hiervoor onze website.



5. OMSCHRIJVING opleiding Professional Haptonomie & non-verbale communicatie

De opleiding is ontstaan naar aanleiding van vragen van coaches uit het werkveld naar professionele kennis en expertise van non-verbale communicatie. Meer specifiek geeft het antwoorden op veel gestelde vragen als:

- “Hoe speel ik het beste in op het non-verbale gedrag van de ander?”
- “Hoe gebruik ik mijn eigen gevoelens in mijn coaching, hoe zet ik ze in?”
- “Ik let al veel op non-verbale dynamiek: hoe haal ik er nog beter uit wat er in zit?”
- “Hoe voorkom ik dat ik te veel leegloop of in mijn hoofd ga zitten?”
- “Wat roep ik onbewust op bij anderen en waar zit dat in?”
- “Hoe kan ik mijn lijf meer of beter gebruiken in mijn rol als coach of trainer?”
- “Welke feedback op non-verbale communicatie heeft het meeste effect?”

De opleiding geeft antwoord op deze vragen. We helpen je als coach om de taal van je eigen lijf als dat van de mensen met wie je werkt beter te leren verstaan. We helpen die taal te ervaren, doorgronden en vertalen naar waar ‘het over gaat’ bij zowel jezelf als de ander.

Doel

Het doel van de opleiding is om je te helpen succesvoller te worden in je rol als coach door je gevoeligheid voor de signalen van je eigen lijf te ontwikkelen en de daaraan gekoppelde gevoelens en beeldvormingen te herkennen. Voor meer diepgang bij jezelf en anderen en dus meer resultaat..

Resultaten

De resultaten waar we met elkaar naar streven:

- Het ontwikkelen van een zo kloppend mogelijk (non verbaal) zelfbeeld;
- Bekend zijn met je eigen non-verbale karakteristieken en de betekenis voor jezelf en anderen;
- Bewustzijn ontwikkelen over de relatie tussen wat je lichaam je vertelt en wat zich in je denken en gevoelsleven afspeelt;
- Het aanscherpen en ontwikkelen van je vermogen om in contact de non-verbale signalen van jezelf en vervolgens ook die van anderen waar te nemen;
- Het ontdekken en formuleren van concrete non-verbale handvatten om daarin stappen te maken;
- Vaardig worden in het feitelijk waarnemen van non-verbale communicatie en zo de kwaliteit van je feedback verhogen;
Kennis, vaardigheden en ervaring ontwikkelen in het werken met lichaamsgerichte oefeningen.



Het eindresultaat is dat je sterk aan betekenis wint. Je bent creatiever en trefzekerder, 'werkt' met meer gemak en vaardigheid met je eigen en andermans gevoelens en lijfelijke signalen. Je ziet je 'zelf' niet alleen als instrument, je wordt het ook.

Programma opbouw

De inhoud van deze 1^e fase opleiding bestaat uit twee modules van 6 dagen:

Module 1: Waarnemen van jezelf

Tijdens deze 6 dagen scherp je je voelende vermogen aan zodat je leert hoe je eigen lijf je je gevoelens, overtuigingen en behoeftes reflecteert. Je leert betekenis geven aan wat je eigen non-verbale expressie aan jou en de ander 'vertelt'. Bijvoorbeeld hoe de voor- en nadelen van je stijl van coachen voelbaar en herkenbaar zijn aan je eigen lijf en wat het effect daarvan is op anderen. Het doorlopen van een assessment van de eigen non-verbale dynamiek is onderdeel van deze module.

Module 2: Waarnemen van de ander

Er is zijn maar weinig waarnemingen die zoveel aanleiding geven tot interpretaties als waarnemingen over non-verbale communicatie. Maar ieder lichaam spreekt een unieke taal die zichtbaar, hoorbaar en voelbaar is. Zeker voor jou als coach. We gaan oefenen die informatie met elkaar te delen door zo concreet en feitelijk mogelijk te zijn. Recht te doen aan die uniciteit. Zo heb je toegang tot gevoelsmatige onderstroom in communicatie en krijg je snel diepgang. Je leert hoe je dat doet en waar je op kunt letten. En ondertussen ben je zelf ook het leidend onderwerp van de waarneming. De opleiding wordt afgesloten met een evaluatie en examen.



6 IMPRESSIE Opleidingsdag

Iedere dag kenmerkt zich door de afwisseling tussen ervaringsoefeningen, praktijk en theorie. Een rode draad is je eigen ontwikkelthema als coach dat we bij aanvang in een non-verbaal assessment samen hebben geformuleerd.

Ervarend leren staat in de methodiek voorop. Ervaringsleer doet een appél op gewaar zijn en het aanscherpen van je voelende vermogen naar je eigen lijf en je eigen gevoelens.

- OCHTEND
- De dag start met een reflectie op de tussenliggende periode: hoe heeft de vorige opleidingsdag doorgewerkt en welke vragen zijn er? Dit heeft als doel: verdieping, ontwikkeling van de coach competenties en de kwaliteit van de (non-verbale) feedback.
 - Daarna volgt een korte inleiding op het thema van de dag geïllustreerd door een ervaringsoefening.
 - Iedere ervaringsoefening wordt nabesproken met als doel om te oefenen woorden te geven aan gevoelens en ervaringen, concrete feedback te oefenen, verdieping van het thema van de dag en persoonlijke reflectie.
 - Een korte theoretische beschouwing volgen op het thema van de dag en/of een demonstratie van een haptonomisch fenomeen.
- MIDDAG
- De middag start met een praktijkoefening gericht op het exploreren van de non-verbale coaching vaardigheden en het eigen ontwikkelthema.
 - Afgesloten wordt met een nabespreking en doornemen van de huiswerkopdracht.



7. PROGRAMMA



Dag 1:

Non-verbale impact Analyse.

Welke lichaamstaal spreek ik zelf

Inhoud en doel

De non-verbale impact analyse is een onderzoek naar de relatie tussen de eigen non-verbale patronen en patronen in gedrag (als coach), voelen en denken. Het doel is een kloppend zelfbeeld daarover te ontwikkelen.

Competenties

De dag is met name gericht op het ontwikkelen van de volgende competenties:

- Voelend vermogen
- Onderzoekend vermogen
- Kennis over non-verbale interactiedynamiek
- Ontwikkelingsgerichtheid
- Feedback ontvangen op non-verbale communicatie

Onderdelen:

- Je doet een onderzoek naar de karakteristieken van de eigen non-verbale communicatie je omschrijft daarvoor allereerst een eigen beeld;
- Je doorloopt een aantal non-verbale test situaties die een appel doen op competenties die het coach vak vraagt: afstemmen, leiden, volgen, aanvoelen, jezelf inbrengen, luisteren, feedback geven en ontvangen.
- Trainers geven feedback over de waarnemingen van de non-verbale patronen en gebruiken daarbij veelvuldig videobeelden.

Thuiswerk

Maak een reflectieverslag over de eigen ervaringen tijdens de testsituaties, welke waarnemingen over zichzelf zijn bijgebleven en de conclusies over kwaliteiten en valkuilen van het eigen gedrag als coach.





Dag 2:

Resultaten van de non-verbale impact analyse

Welke signalen van mijn eigen lijf ben ik bewust en wat vertellen die mij?

Inhoud en doel:

Op basis van de waarnemingen uit de non-verbale impact analyse worden schriftelijk uitspraken gedaan over de persoonlijke gedragskwaliteiten -en valkuilen van iedere deelnemer en hoe dat zichtbaar en voelbaar is in de non-verbale expressie. Het doel is om blinde vlekken in het eigen beeld op te sporen en de bewustwording van eigen non-verbale stijl te verdiepen zodat duidelijk wordt wat relevante signalen voor jou persoonlijk zijn.

Competenties

De dag is gericht op het ontwikkelen van de volgende competenties:

- Voelend Vermogen
- Onderzoekend vermogen
- Kennis over non-verbale interactiedynamiek
- Ontwikkelingsgerichtheid
- Feedback ontvangen en geven
- Proprioscepsis

Onderdelen

- In de groep wordt dit verslag toegelicht (ondersteuning door videobeelden) en iedereen krijgt de kans te reageren en vragen te stellen;
- Een perspectief voor persoonlijke ontwikkeling wordt geschetst aan de hand van de testuitslagen. Daarbij worden herkenningpunten en handvatten aangereikt die zijn omschreven in termen van non-verbale communicatie;
- Die handvatten worden in ervaringsoefeningen geoefend.

Thuiswerk

Bestudeer de beelden van jezelf nogmaals en omschrijf in je eigen woorden de belangrijkste kenmerken van je non-verbale communicatie; waar je het meeste van bewust bent en wat minder op de voorgrond ligt. Wat bevalt je, kijkend en voelend naar je eigen lijf, aan jezelf en wat niet.





Dag 3:

Aanscherping van mijn voelende vermogen
'Hoe blijf ik uit mijn hoofd?'

Inhoud en doel

Deze dag staat in het teken van je lichamelijkheid. Het aanscherpen van het vermogen om je eigen lijf te ervaren en het besef welke gevoelens van goed- en afkeuring je hebt over je eigen lijf.

Competenties

De dag is gericht op het ontwikkelen van de volgende competenties:

- Proprioscepsis
- Voelend vermogen
- Authenticiteit
- Vertrouwen in eigen lijf

Onderdelen

- Het vermogen van de tastzin om naar buiten en naar binnen te voelen;
- Het ervaren van beleving om fysiek in balans te zijn;
- Het gevolg en de mogelijkheden van deze flexibiliteit wanneer men onder druk wordt gezet;
- Het effect van het ervaren van de eigen non-verbale communicatie tijdens het coachen;
- Beelden en gevoelens over je eigen lijf;
- College: theorie en geschiedenis van lichamelijkheid;
- Coachsessies met als thema beeld over je eigen lijf.

Thuiswerk

Omschrijf de fysieke gewaarwordingen wanneer je je tastzin meer naar binnen of naar buiten richt. Omschrijf de beelden en gevoelens over je eigen lijf daarbij. Doe een sessie bij een haptotherapeut (supervisor van Academium) om het vermogen van je eigen tastzin om naar buiten en naar binnen te voelen nader te onderzoeken. Schrijf daar een reflectie op.





Dag 4:

Gevoel en lijf

‘Hoe dienen gevoelens zich lijfelijk aan en hoe zet ik deze in?’

Inhoud en doel

Er wordt geoefend in het ervaren van de koppeling tussen wat je fysiek en emotioneel ervaart. Hoe speelt je lijf een rol in de expressie van je gevoelens en hoe geeft je dat in het hier-en-nu keuzevrijheid geeft om te kiezen of je daarop handelt of niet.

Competenties

De dag is met name gericht op het ontwikkelen van de volgende competenties:

- Proprioscepsis
- Voelend vermogen
- Feedback geven en ontvangen
- Authenticiteit
- Vertrouwen in eigen lijf
- Non-verbale interactiedynamiek theorie
- Emotie theorieën

Onderdelen

- Het ontdekken van eigen non-verbale patronen in coaching en de onderliggende gevoelens en denkbeelden;
- Er wordt geoefend in het ervaren van de rol non-verbale communicatie bij het doorbreken van eigen gedrags-, denk- en voel patronen. Hiervoor doen onder andere de analyses en het beeldverslag van dag 1 dienst;
- Oefening in het herkennen van de non-verbale patronen in de eigen coaching stijl;
- College: Haptonomie en een theoretisch kader over de relatie en betekenis van non-verbale expressie in relatie tot gevoelens en persoonskenmerken.

Thuiswerk

Plaats je eigen non-verbale karakteristieken en gevoeligheden in het theoretische kader, omschrijf de gevoelens die daarbij bij jou mee gepaard gaan.





Dag 5:

De balans tussen mij en de ander

‘Hoe zorg ik ervoor dat ik mijzelf niet verlies?’

Inhoud en doel

Iedereen heeft een eigen manier of stijl om contact te maken, zich te verbinden. De een neigt zich meer op de ander te richten en iemand anders start meer bij zichzelf. Hoe zit dit bij jou en welke consequenties heeft dat voor het contact? Con-tact betekent samen-voelen. Maar wat valt er dan te voelen? Deze dag gaan erover hoe je aan je eigen lijf kunt ervaren wanneer je wat meer in en uit verbinding gaat.

Competenties

- Hier-en-nu als uitgangspunt;
- Feedback op non-verbale communicatie
- Bewustzijn van eigen gevoelens
- Authenticiteit
- Vertrouwen in eigen lijf
- Onderzoekend
- Maat houden

Onderdelen

- Coachen van elkaar en waarnemingen delen over onze karakteristieken;
- Het terugkijken van video-opnames over de wijze waarop je coacht;
- De invloed van spanning, positie en de hoeveelheid ruimtegebruik op (eigen) voel-, denk- en gedragspatronen;
- Het herkennen en leren vertrouwen wat je aanvoelt en die ervaring relateren aan je eigen non-verbale expressie en waarnemingen ;
- Theoretische reflectie op de relatie tussen coaching stijlen, wijze van waarnemen, verbale en non-verbale expressie.

Thuiswerk

Maak 2 video-opnames van een coachgesprek van jezelf en zorg ervoor dat je van een medestudent daarover feedback ontvangt (en je geeft zelf dus ook feedback aan een andere medestudent).





Dag 6:

Je recept om in de puree te raken:

Hoe zorg ik ervoor dat ik leegloop op iemand'

Inhoud en doel

Op dag 5 heb je een diepgaander besef ontwikkelt over de non-verbale karakteristieken van je eigen coaching stijl. Vandaag gaat het over de ontwikkeling van je stijlbereik door in een andere stijl dan je voorkeurs stijl te gaan coachen. Dat is met name van belang als je in de nadelen dreigt te komen van je eigen stijl. Het doel is meer bewustzijn te ontwikkelen op de lijfelijke kenmerken daarvan. Dat bewustzijn geeft namelijk keuzevrijheid.

Competenties

- Stijlwisseling
- Hier-en-nu als uitgangspunt;
- Feedback op non-verbale communicatie
- Bewustzijn van eigen gevoelens
- Authenticiteit
- Ontwikkelingsgerichtheid
- Onderzoekend

Onderdelen

- Coachen van elkaar en in het hier-en-nu waarnemingen delen;
- Het terugkijken van video-opnames over de wijze waarop je coacht;
- Coachen vanuit een andere positie
- De invloed van de hoeveelheid ruimtegebruik op (eigen) voel-, denk- en gedragspatronen;
- Theoretische reflectie op de relatie tussen coaching stijlen, wijze van waarnemen, verbale en non-verbale expressie.

Thuiswerk

Maak video-opnames van coachgesprekken van jezelf met 2 cliënten en zorg ervoor dat je van 2 medestudenten feedback ontvangt over je stijl (en je geeft zelf dus ook feedback over 2 cliënten van 2 andere medestudenten).





Dag 7:

De kunst van het voor 'waar' nemen van non-verbale communicatie (1)

'Hoe geef ik woorden aan wat ik zie en voel bij iemand?'

Inhoud en doel

De kwaliteit van de waarneming vormt de basis van de feedback en de impact die je hebt op de ontwikkeling van anderen. Die feedback verloopt non-verbaal (vaak voor een deel onbewust) en verbaal. Het doel is bewustwording te ontwikkelen in welke waarnemingen jij gespecialiseerd bent en welke beleving, houding en beweging je 'invalshoek' van waarnemingen bepalen. Die vormen de basis van je karakteristieke stijl van coachen. Hoe onderscheid je de feiten en de interpretaties, hoe neig jij op je eigen wijze je waarneming te kleuren?

Competenties

- Hier-en-nu als uitgangspunt;
- Feedback op non-verbale communicatie
- Bewustzijn van eigen gevoelens
- Authenticiteit

Onderdelen

- Relatie tussen je manier van waarnemen en je non-verbale communicatie;
- Het verschil tussen feiten en interpretaties nader onder de loep;
- De relativiteit van het "waarheids" gehalte van onze waarneming;
- College: psychologie en fenomenologie van de waarneming en theoretische reflectie op de verschillende manieren van waarnemen, gerelateerd aan je karakteristieke houding en bewegingen.

Thuiswerk

Omschrijf de karakteristieke wijze waarop je waarneemt. Benoem welke non-verbale communicatie je met name gewaar bent, waar je op gericht bent (op verschillen of overeenkomsten, afwijkingen of patronen, minpunten of pluspunten etc.) en vanuit welke non-verbale positie je dat vaak doet: omschrijf die kenmerken.





Dag 8:

De kunst van het voor 'waar' nemen van non-verbale communicatie (2)

'Hoe speel ik het beste in op non-verbaal gedrag van de ander?'

Inhoud en doel

Iedereen neemt op zijn of haar eigen wijze selectief waar. Hoe verbreedt je die focus van je waarneming? Met andere woorden welke waarnemingen neig je te missen en hoe zorg je ervoor dat je ze leert meenemen in de manier waarop je contact legt en signaleert.

Het doel is waarnemingsrepertoire te verbreden en dat doe je niet alleen door erover na te denken. Een andere houding naar degene met wie je werkt geeft ook een andere verhouding, dus een andere waarneming en vaak een andere dynamiek.

Competenties

- Hier-en-nu als uitgangspunt;
- Feedback op non-verbale communicatie
- Bewustzijn van eigen gevoelens
- Authenticiteit

Onderdelen

- Dezelfde situatie en persoon vanuit verschillende houdingen waarnemen;
- Vergelijken van individuele waarnemingen over dezelfde cliënt;
- Hoe feiten te clusteren zodat gefundeerder kunt interpreteren;
- College: overzicht van non-verbale interactie kenmerken

Thuiswerk

Omschrijf de karakteristieke wijze waarop je waarneemt. Benoem welke non-verbale communicatie je met name gewaar bent, waar je op gericht bent (op verschillen of overeenkomsten, afwijkingen of patronen, minpunten of pluspunten etc.) en vanuit welke non-verbale positie je dat vaak doet: omschrijf die kenmerken.





Dag 9:

Verander van houding en je verandert van verhouding

Inhoud en doel

Waar kun je bij (je eigen) houding al zo op letten, wat zijn karakteristieke houdingen van jou in reactie op de ander? Welke grootheden en variabelen hebben de meeste invloed op de beleving. Zowel in algemene zin als specifiek bij jou.

Het doel is dit helder te krijgen en te ervaren hoe een kleine verandering tot grote verschillen in beleving kunnen leiden.

Competenties

De dag is met name gericht op het ontwikkelen van de volgende competenties:

- Propriosceptie
- Voelend vermogen
- Authenticiteit
- Vertrouwen in eigen lijf
- Feedback geven en ontvangen

Onderdelen

- De invloed van voor- en achter balans op (eigen) voel-, denk- en gedragspatronen;
- De invloed van hoge of lage spierspanning op (eigen) voel-, denk- en gedragspatronen;
- Wat zijn de houdingskenmerken van jou als coach;
- Coachen van elkaar: hoe is aan de houding van de coach te zien wanneer hij of zij in de nadelen komt van je coaching stijl? Hoe benut je beter je kwaliteiten?
- College over houding en voel-, denk- en gedragspatronen.

Thuiswerk

Omschrijf je eigen houding karakteristieken en omschrijf het beeld dat aan jou zichtbaar is wanneer je in de nadelen komt van je coachingstijl.





Dag 10:

Innerlijke beweging en uiterlijke beweging

Inhoud en doel

De relatie tussen de interne beleving en de expressie in termen van beweging wordt deze dag nader bestudeerd. Hoe beïnvloedt beweging onze gevoelens en vice versa. Waar kun je bij (je eigen) beweging al zo op letten, wat heeft de meeste impact?

Het doel is antwoord op deze vragen te krijgen.

Competenties

- Propriosceptie
- Voelend vermogen
- Authenticiteit
- Vertrouwen in eigen lijf
- Feedback geven en ontvangen

Onderdelen

- De invloed van de hoeveelheid ruimtegebruik op (eigen) voel-, denk- en gedragspatronen;
- De invloed van soorten beweging (groot, klein, hoekig of vloeiend) op (eigen) voel-, denk- en gedragspatronen;
- Wat zijn de bewegingskenmerken van jou als coach, waar ben je je meer van bewust en waarvan minder;
- Coachen van elkaar: hoe is aan jouw manier van bewegen te zien wanneer jij in de nadelen komt van je coaching stijl? Hoe benut je beter je kwaliteiten?
- College over de relatie tussen beweging en voel-, denk- en gedragspatronen.

Thuiswerk

Omschrijf je eigen bewegingskarakteristieken en welke impact je daarmee hebt. Omschrijf het bewegingsbeeld dat aan jou zichtbaar is wanneer zichtbaar en hoorbaar wordt dat je in de nadelen komt van je coaching stijl.





Dag 11:

Vertelt je gezicht boekdelen?

‘Wat is er nog meer te ontdekken aan non-verbale dynamiek?’

Inhoud en doel

Wetenschappelijk onderzoek toont aan welke gezichtsexpressies we gevoelens koppelen. Ander onderzoek toont aan welke gezichtsexpressie correleren met voorspelbaar gedrag onder druk. Het doel is om zowel kennis te nemen met deze theorieën als die aan den lijve te ervaren en beeld te krijgen hoe je eigen gezichtsexpressie reageert op de ander.

Competenties

De dag is met name gericht op het ontwikkelen van de volgende competenties:

- Proprioscepsis
- Voelend vermogen
- Authenticiteit
- Vertrouwen in eigen lijf
- Emotie theorieën

Onderdelen

- Het ontdekken van de karakteristieken van de eigen gezichtsexpressie en het herkennen van de karakteristieken van anderen;
- Het ervaren van de relatie tussen gezichtsexpressie en houding, beweging en stem wanneer je onder druk komt;
- Het ervaren van de onderliggende gevoelens onder druk;
- College over interactie dynamiek in gezichtsexpressies, emotie theorieën en omgaan met druk.
- Coachsessies met als doel feedback te krijgen over je eigen gezichtsexpressies als coach en wat je daarmee oproept.

Thuiswerk: Omschrijf je eigen karakteristieke gezichtsexpressies, hoe die worden geïnterpreteerd en hoe dat mogelijk verschilt met je intentie, Omschrijf wat je aan je lijf ervaart wanneer je onder druk komt.





Dag 12:

Je stem en je stemming

‘Wat is er nog meer te ontdekken aan non-verbale dynamiek?’

Inhoud en doel

Je stem is als een instrument met een eigen frequentiebereik, timbre, ritme, volume en klankkleur. Hoe klinkt jouw instrument? Stem is sterk gerelateerd aan de ademhaling en ligt heel dicht op de beleving. Die relatie wordt deze dag nader bestudeerd. Hoe beïnvloeden onze gevoelens onze stem en vice versa. Welke impact heeft je stem en wat kan je ermee? Het doel is antwoord op deze vragen te krijgen.

Competenties

- Proprioscepsis
- Voelend vermogen
- Authenticiteit
- Vertrouwen in eigen lijf
- Feedback geven en ontvangen

Onderdelen

- Hoe klinkt mijn eigen stem. Er is verschil hoe je stem voor jezelf en voor anderen klinkt. Aan de hand van opnames wordt duidelijk wat karakteristieken van je stem zijn.
- Hoeveel ruimte neem je met je stem in en hoe kun je die vergroten en terugnemen?
- Welke emotionele expressie leg je in je stem en hoe kun je die beïnvloeden.
- College over de relatie tussen stem en emoties;
- Coachen van elkaar: hoe is aan de stem van de coach te zien horen wanneer hij of zij in de nadelen komt van je coaching stijl? Hoe benut je stemkwaliteiten, hoe laat je je gevoelens klinken?

Thuiswerk

Omschrijf je eigen beleving bij je stem en omschrijf tevens in objectievere termen hoe je stem klinkt en welke gevoelens daar in doorklinken.





**Dag 13:
Evaluatie en toets**

Inhoud en doel

Deze dag ontvang je een beoordeling over de wijze waarop je invulling hebt gegeven aan de thuiswerkopdrachten. De criteria waarop die beoordeeld worden staan in het examen reglement.

Daarnaast is je gevraagd evaluaties te schrijven van 4 coaching sessies die je onder supervisie van 2 verschillende supervisors hebt gevoerd. De beoordeling van die evaluaties worden tijdens deze dag gedeeld.

Ook ontvang je een beoordeling van de docenten over de mate waarin je op het einde van de opleiding blijkt hebt gegeven te voldoen aan de verschillende competenties. Ook die worden besproken.

Tenslotte wordt je gevraagd om 'live' een intakegesprek te voeren en daarin een ervaringsoefening naar keuze aan te bieden en deze te evalueren met de cliënt. De opleiding bestaat uit 2 modules van 6 dagen en wordt afgesloten met een dag met evaluaties en een toets. Totaal zijn dat 112 contacturen met een doorlooptijd van 9 maanden. Daarnaast volg je 4 supervisies en bedraagt de extra studiebelasting voor thuiswerk circa 1,5 uur per opleidingsdag.



8. TIJDSINVESTERING EN STUDIEBELASTING

Elk opleidingsjaar gaat uit van een aantal competenties van de coach. Het tempo en het niveau van de programma's is daarop afgestemd. Die competenties worden vooraf samen in kaart gebracht en gewaardeerd zodat de kans op het succesvol doorlopen van de opleiding maximaal is.

9. TOELATING

Om toegang te krijgen tot het eerste jaar moet de deelnemer aan een aantal voorwaarden te voldoen.

1. Minimaal 3 jaar ervaring in een rol als coach
2. HBO vooropleiding of hoger.
3. Het succesvol doorlopen van de introductie dag "Je non-verbale impact analyse".

Tijdens de introductie en selectie dag "Je non-verbale impact analyse" krijg je feedback op je eigen non-verbale expressie. Daarnaast wordt je uitgenodigd feedback te geven aan anderen. Het is een leerervaring op zich en je krijgt veel informatie over je eigen non-verbale taal in de relatie tot je patronen van voelen, denken en handelen. Tegelijkertijd is het een setting waarin de volgende criteria bepalend zijn of je deze dag succesvol doorloopt en door kan naar de opleiding.

1. Een niveau van feedback ontvangen waarin er sprake is van enige nieuwsgierigheid;
2. Vermogen feedback te geven zonder projectie of overnemen van gevoelens;
3. Een enigszins kloppend zelfbeeld over je eigen stijl van coachen;
4. Een mate van voelend vermogen waarin je uitspraken kunt doen over wat je zowel fysiek als in je beleving ervaart.

Deze dag wordt verzorgd door gecertificeerde docenten van Academium. Zij doen uitspraak over de mate waarin je aan de criteria voldoet en of je kan inschrijven voor de opleiding. Dit wordt uitgebreid met je gedeeld in een persoonlijk gesprek.



10. TOETSING, BEOORDELINGSCRITERIA, EXAMENREGLEMENT

Aanwezigheid

Om in aanmerking te komen voor het diploma 'Professional Haptonomie & non-verbale communicatie' wordt een deelname van 100% tijdens de cursus gevraagd. Een gemiste cursusdag kan in een parallel of later gestarte opleiding ingehaald worden.

Thuiswerk beoordeling

Alle huiswerkopdrachten moeten ingeleverd zijn en met minimaal een voldoende beoordeeld zijn. De opdrachten worden beoordeeld op grond van de volgende criteria:

- de mate waarin aan de opdracht is voldaan;
- het scheiden van feiten, interpretaties en gevoelens;
- het scheiden van kenmerken, kwaliteiten en valkuilen;
- het benoemen en onder woorden brengen van de eigen beleving;
- de reflectie op de eigen non-verbale communicatie.
- Maximale lengte 1,5 A4

Praktijk beoordeling

Iedere cursist maakt evaluatie verslagen van coaching sessies van 2 medecursisten en 4 reguliere cliënten uit de dagelijkse praktijk. Deze evaluaties worden beoordeeld op:

- het scheiden van kenmerken, valkuilen en kwaliteiten van de cliënt;
- het scheiden van feiten, interpretaties en gevoelens;
- de mate waarin interventies plaats vinden op basis van non-verbale communicatie;
- de mate waarin verdieping op de beleving plaats vindt;
- De helderheid van het eigen leerpunt als coach;
- Maximale lengte 1,5 A4

Daarnaast vindt beoordeling plaats door 2 supervisors van Academium die afzonderlijk ieder 2 sessies van je bijwonen of een video van je bestuderen en daar feedback op geven. Beide supervisors geven een beoordeling (zie bijlage competenties).

Er wordt een gemiddelde gemaakt van de beide praktijk evaluatie cijfers en dat cijfer telt voor 30% mee in de eind beoordeling.

Competentie beoordeling docenten en perspectief

Gedurende de opleiding laat de cursist een ontwikkeling zien van competenties. Van de ontwikkeling wordt een omschrijving gegeven; het oordeel over het bereikte niveau wordt van elke competentie omschreven en beargumenteerd door de docenten. De beide docenten geven 1 eindcijfer dat voor 60% meetelt in de eind beoordeling. Beoordeling 'live' coachingsessie.



Samen met een extern gecommitteerde wordt op de laatste dag je 'live' coachingsessie geëvalueerd op de volgende competenties: authenticiteit, hier-en-nu als uitgangspunt, feedback op non-verbale communicatie, stellen van gevoelsvragen. Deze 'live' sessie telt voor 10% mee in de eindbeoordeling.

Herkansing

Iedere student heeft recht op een herkansing van de supervisies, de 'live' sessie en de evaluatieverslagen.

Beroep

Wanneer je het oneens bent met de beoordeling is er altijd de mogelijkheid om met elkaar daarover in gesprek te gaan en uiteindelijk kan je je ook wenden tot de onafhankelijke klachtencommissie.

11. DOCENTEN

Andre de Jong is oprichter van Academium. Is fysiotherapeut, econoom en haptotherapeut. Actief als docent haptonomie, executive coach en trainer.

Ron van den Heuvel is mede initiatief nemer van Connectas. Hij is Master management consultancy, Master non-verbale Strategie Analyse en haptotherapeut. Actief als docent haptonomie, Strategisch HRM adviseur en executive coach.

Drs. Else Boerema Zij is oprichster van B-Moved en naast sociaal wetenschapper ook haptotherapeut. Actief als docent en ontwikkelaar binnen Academium. Verzorgt trainingen aan artsen en verpleegkundigen

Judith Spruijt, coach en re-integratie begeleider. Zij is haptotherapeut met de ALO als vooropleiding. Actief als praktijkhouder bij Academium en als assessor binnen diverse trajecten.

Drs. Marie Locher is wetenschappelijk medewerker van Academium en auteur van diverse artikelen over non-verbale communicatie. Sociaal psycholoog en onderzoeker.



11. LITERATUUR

De onderstaande literatuur is facultatief en wordt niet geëxamineerd.

Titel: Haptonomie
Auteur: F. Veldman
Uitgeverij: Bijleveld
ISBN: 9061319781

Titel: Levenslust en Levenskunst
Auteur: F. Veldman
Uitgeverij: Veer Media,
ISBN: 9097166022

Titel: Over kleine dingen – inleiding in de haptonomie
Auteur: T.A.C.M Gerritsen,
Uitgeverij: Reed Business Information
ISBN: 9035222105

Titel: Haptonomie, een kwestie van gevoel
Auteur: B. Boot
Uitgeverij: Archipel 2004
ISBN: 9063051190

Titel: Haptonomie, wetenschap van de affectiviteit
Auteur: F. Veldman
Uitgeverij: Bijleveld
ISBN: 9061319765

Titel: Tranen van de krokodil
Auteur: P. Vroon
Uitgeverij: Ambo/Anthos Uitgevers
ISBN: 9789026319778

Titel: Fenomenologie van de waarneming
Auteur: M. Merleau-Ponty
Uitgeverij: Boom
ISBN: 9789085067542

Titel: Emotionele Intelligentie
Auteur: D. Goleman
Uitgeverij: Olympos



ISBN: 9789025436803

Titel: De logica van het gevoel
Auteur: A. Cornelis
Uitgeverij: Essence Amsterdam
ISBN: 9072258029

Titel: De emoties
Auteur: N. Frijda
Uitgeverij: Bert Bakker
ISBN: 9789035127272

Titel: Recepten om in de puree te raken
Auteur: B. De Roeck
Uitgeverij: De Toorts
ISBN: 9060203291

Titel: Ik voel dus ik ben
Auteur: A.R. Damasio
Uitgeverij: De Wereldbibliotheek
ISBN: 9028420045

Titel: Presence
Auteur: A. Cuddy
Uitgeverij: Spectrum
ISBN: 9789000344024

CONTACTGEGEVENS

W: www.academium.nl
M: 0629054483
E: info@academium.nl
Adres: Herenstraat 11, 3985 RP Werkhoven

