



Coach in actie

Floor Reeze

06-29129509

floor.reeze@coachinactie.nl

www.coachinactie.nl

Training ACT in loopbaancoaching

Soms merk je als coach dat mensen lastig in beweging komen, ondanks alle goede gesprekken en methodieken die je inzet. Je bent zelf hard aan het werk, desondanks lukt het niet echte en blijvende gedragsverandering te bereiken bij je coachee.

Herkenbaar? Met ACT kun je wegblijven uit de discussie met het verstand van de coachee (én, niet onbelangrijk, je eigen verstand) en deze helpen naar waarde gerichte actie.

Speciaal voor loopbaancoaches heb ik een korte, krachtige en interactieve training ontwikkeld. Hierbij ervaar je zelf de kracht van ACT en leer je deze methodiek toe te passen in je coachpraktijk. Het zal je coaching leuker, lichter en effectiever maken!

Aan de slag met de 6 pijlers van ACT

De training bestaat uit 4 blokken van 2,5 uur, waarin je steeds kennismaat met 1 of 2 pijlers en bijbehorende technieken van ACT. We gaan aan de slag met praktische opdrachten en oefeningen die je in je eigen leven kunt toepassen. Daarnaast bespreken we (aan de hand van voorbeelden en casussen) hoe je deze technieken kunt inzetten in je coach praktijk. Programma:

Blok 1: Theoretisch kader ACT, Controle en Acceptatie

Blok 2: Defusie en Mindfulness

Blok 3: Het Zelf en Waarden

Blok 4: Toegewijd Handelen en samenhang pijlers ACT

Voor wie: loopbaancoaches die de ACT methodiek willen leren inzetten in hun coaching

Wanneer: nader te bepalen

Locatie: nader te bepalen

Kosten: € 345,- (exclusief BTW), inclusief koffie/thee en werkmap)

Deelnemers: maximaal 8