
Opleiding tot Stemcoach

De stem als instrument bij coaching

*"Beluisteren van wat er opstijgt uit jezelf.
Veel van wat je doet is toch imitatie of
ingebeelde plicht of valse voorstellingen
van wat een mens moet zijn.
De enige zekerheid over hoe je moet leven
en wat je moet doen,
kan toch alleen maar opstijgen uit die bronnen,
die daar bij jezelf in de diepte borrelen."*

Etty Hillesum

De stem als spiegel van de ziel

De stem is meer dan het instrument waarmee we met woorden onze gedachten uiten. De stem is de spiegel van wie wij zijn en hoe wij ons voelen. De luisteraar hoort in onze stem hoe krachtig, kwetsbaar, vermoeid of geïnspireerd we zijn. De klank van onze stem verwijst naar wat er binnenin ons leeft. Via onze stem komen we in contact met de diepere lagen in onszelf.

Stemcoaching

Bij coaching wordt voortdurend gezocht naar instrumenten die ons helpen om (verborgen) gevoelens, kwaliteiten of innerlijke hindernissen bloot te leggen, zodat we er iets mee kunnen doen en we beter gaan functioneren in leven en werk. In de oude tijd had men klanken en de stem al ontdekt als hulpmiddel bij healings. Die functie is lang verdwenen en pas recent herontdekt. Het accent bij het werken met stem en klanken ligt vaak op het *uiten* van klanken. Door stemwerk te combineren met de kern van coaching, het leggen van de verbinding met wie je ten diepste bent, is stemcoaching volgens de definitie van Adviesbureau Hoogendijk ontstaan. Een lichamelijke manier van werken kan ontwikkelingsprocessen in coachingstrajecten aanzienlijk versnellen. Met zingen of geluiden maken kom je gemakkelijk in het "hier en nu". Stemcoaching is gericht op het voelen en minder op het rationaliseren, waardoor de methodiek verder reikt dan woorden en verlanglijstjes. De combinatie met gespreksvoering is echter onmisbaar voor het bereiken van resultaten. Deze krachtige vorm van coaching sluit aan bij de behoefte aan gevoelsbeleving, in een tijd waarin ratio en materie onvoldoende aan de verwachtingen en verlangens beantwoorden.

De betekenis van een stemcoach voor de cliënt of een team

Wanneer iemand een stemcoach inschakelt, heeft hij een persoonlijke en/of ontwikkelingsgerichte vraag, dan wel een wens tot verbetering van de stem en het stemgebruik. Bovendien is het een persoon of groep die open staat voor niet-conventionele, emotionele belevingsmethoden die verder reiken dan de vertrouwde rationele benaderingen. Stemcoaching is ook prima in te zetten als aanvulling op andere coachingsmethoden, wanneer het werken met lichaam en stem het ontwikkelingsproces van de cliënt zou kunnen versnellen of versterken. Ontwikkelingsthema's waarbij stemcoaching snel tot resultaat leidt zijn bijvoorbeeld:

- de communicatie met anderen en/of het functioneren in groepen c.q. de organisatie;
- de eigen vitaliteit en/of de vitaliteit in een team;
- persoonlijk en beroepsmatig functioneren;
- het herkennen en toelaten van gevoelens, emoties, passie en inspiratie;
- het gebruik van de stem bij presentaties en docentschap;
- het perspectief in de eigen loopbaan of in die van medewerkers.

Doelstelling van de opleiding

In deze unieke Opleiding tot Stemcoach leert u om een cliënt (of een team) met behulp van stem- en lichaamsgerichte oefeningen in zijn of haar gewenste veranderingsproces te begeleiden. Een intensieve, interdisciplinaire beroepsopleiding, waarmee u uw professionele instrumentarium versterkt en uitbreidt. U leert om de gewenste verandering bij de cliënt goed in beeld te brengen en u daarmee te verbinden. U leert te werken met muziek, zang, ritme en adem en leert dit gecombineerd met essentiële coachingsvaardigheden in te zetten. U bent na afloop het klankbord voor de stem van de cliënt, ook in alle fysieke aspecten, een luisterend oor van top tot teen.

Voor wie?

- coaches die de stem als instrument voor coaching willen leren hanteren.
- muziek-, zang en stemdocenten, logopedisten en docenten schoolmuziek, die een coachende stijl van doceren willen ontwikkelen.

Opbouw van de opleiding

Een coach is zelf het belangrijkste instrument. Daarom zijn persoonlijke en professionele ontwikkeling samen verankerd in onze opleidingen. De Opleiding tot Stemcoach is ervaringsgericht. De stemcoach in opleiding ondergaat zelf een persoonlijk ontwikkelingstraject en gaat uitgebreid aan de slag met de eigen stem en lichaam. Het programma is een uitgekende balans van stem- en lichaamsgerichte werkonderdelen en een relevante selectie van bijzondere coachingsvaardigheden en coachingsmodellen die door Hoogendijk zijn ontwikkeld.

Drie fases

- In de eerste fase van de opleiding staat de ontwikkeling van het eigen instrument centraal;
- in de tweede fase leert u de werkwijze van de stemcoach toepassen;
- in de derde fase leert u cliëntgericht werken en oefent u met echte cliënten.

Groepsbijeenkomsten

De opleiding bestaat uit negen opleidingsbijeenkomsten van een dag, verspreid over acht maanden. De opleidingsdagen vormen de pijlers waarop de didactische infrastructuur van de opleiding (opdrachten, literatuurstudie, oefencliënten, intervisie, supervisie) is gebouwd. Ieder dagdeel van de opleidingsbijeenkomsten heeft een thema, waarbij zowel met stem en lichaam als aan coachingsvaardigheden wordt gewerkt.

Opdrachten

Tussen de opleidingsdagen in krijgt u opdrachten om individueel en in groepjes uit te voeren. Dit kunnen stemoefeningen zijn, maar ook coachingsopdrachten, literatuuropdrachten of het uitwerken van persoonlijke vraagstukken. De opdrachten vormen een verplicht onderdeel van de opleiding.

Individuele sessie

In het eerste deel van de opleiding volgt u drie individuele sessies van 1,5 uur bij Madeleine Ingen Housz, opleider en stemcoach.

Oefencliënten

In de derde fase van de opleiding gaat u aan de slag met tenminste drie oefencliënten met wie u drie tot vijf coachingsessies houdt. In die trajecten staat de toepassing van alle aangereikte stof centraal. U schrijft beknopte verslagen van de coachingsessies ten behoeve van groepssupervisie. Aan het einde van het traject worden evaluatieformulieren door uw oefencliënten ingevuld die worden meegewogen in de eindbeoordeling.

Groepssupervisie

Gedurende de opleiding is er tweemaal groepssupervisie in groepen van 4 studenten, onder leiding van (één van) de opleiders. U reflecteert met uw medestudenten op uw eigen ontwikkeling als stemcoach en op de voortgang van de trajecten met de oefencliënten.

Intervisie

Naast supervisie treffen u en uw medestudenten elkaar ook in intervisiegroepen om ervaringen uit te wisselen, vraagstukken in te brengen, te oefenen en elkaar feedback te geven. U organiseert deze bijeenkomsten zelf.

Afsluiting

Ter afsluiting van de opleiding presenteert u zichzelf als stemcoach, waarin u uw 'unique selling points' verwerkt. Wat maakt u tot stemcoach, waarin bent u bijzonder?

Certificaat

De eindbeoordeling is gebaseerd op de portfolio benadering. De kwaliteit van uw bijdragen tijdens de verschillende onderdelen van de opleidingen vormen het uitgangspunt voor de eindbeoordeling en certificering.

Opleiders en supervisors

Madeleine Ingen Housz (1951)

Madeleine studeerde blokfluit, zang en schoolmuziek aan het conservatorium in Amsterdam. Haar strubbelingen in de zangstudie brachten haar tot een diepgaande ontdekkingsreis met haar eigen stem. Intussen verrijkte de Vrije School, waar ze muziekonderwijs gaf, haar menskundige visie. Zo kwamen autodidactische ervaring en visie bijeen in een breed werkveld met de stem. Ze hoorde bij de allereersten die meezingconcerten organiseren. Verdere verdieping van haar werk vond ze o.a. door het eigenzinnige stemwerk van Jean René Toussaint. Ze vond inspiratie bij Zen en karate, maar ook bij Familieopstellingen van Hellinger, bij het werk van Ingeborg Bosch en TaKeTiNa. In haar dagelijks werk is ze de drijvende kracht van de Passieprojecten, waarin ze cursussen geeft en tevens meezingconcerten dirigeert. Intussen kreeg haar werk mede door Adriaan Hoogendijk een naam: STEMCOACH. Inmiddels begeleidt zij als stemcoach de individuele ontwikkeling van mensen alsmede de ontwikkeling van teams in organisaties. In de workshops in het bedrijfsleven staat ze bekend om de verleidende wijze waarop ze mensen tot zingen krijgt en met liefdevolle vastberadenheid hen feedback geeft en voor nieuwe uitdagingen stelt.

Adriaan Hoogendijk (1950)

Adriaan studeerde filosofie en menswetenschappen. Hij werkte 12 jaar als deeltijd docent in het hbo, was daarnaast ook directeur van een particuliere hogeschool en daar ontdekte hij hoe vitaliteit werkt in mensen en in organisaties. In 1987 richtte hij Adviesbureau Hoogendijk op, van waaruit hij actief is als coach, loopbaan- en executive coach en opleider. In 1994 startte hij met de Beroepsopleiding tot Loopbaanadviseur en in 2004 met de Opleiding tot Executive Coach, vervolgens met de Opleiding tot Stemcoach en de Opleiding tot Relatiecoach. Hij publiceerde boeken, waaronder *De schoonheid van coachen* en leverde recent bijdragen aan het *Prekenboek voor leiders* en *Spirit in mens en organisatie*. Hij houdt zich voortdurend bezig met het ontwikkelen van nieuwe manieren van coaching en toepassingen, zoals *Het Bezielingsspel*. Adriaan neemt deel aan verschillende adviescommissies in de branche van coaching.

Toelatingseisen

U wordt toegelaten tot de opleiding wanneer u voldoet aan de volgende eisen:

- U behoort tot één van de doelgroepen: (aankomende) coaches, muziek-, zang en stemdocenten, logopedisten of docenten schoolmuziek;
- U heeft 10 jaar relevante werkervaring;
- U beschikt over tenminste HBO werk- en denkniveau;
- U bent gemotiveerd.

In een intakegesprek met (één van beide) opleiders worden wederzijdse verwachtingen besproken en wordt beoordeeld of u aan de eisen voldoet. Dit gesprek is kosteloos en vrijblijvend.

Praktische informatie en kosten

- Locatie : Adviesbureau Hoogendijk te Houten
- Prijs : €4.750,00, excl. BTW en excl. literatuur
- Aantal deelnemers : max. 16
- Startdatum : 15 oktober 2009

Verdere informatie

Bent u geïnteresseerd in de Opleiding tot Stemcoach? Maakt u dan een afspraak via ons secretariaat voor een intakegesprek.

Adviesbureau Hoogendijk
Kruitmolen 1
3995 ES Houten
Tel. 030-6346590

info@adviesbureauhoogendijk.nl
www.adviesbureauhoogendijk.nl