



## NOBCO SYMPOSIUM COACHING EN ONDERZOEK 2018

### Programma NOBCO symposium Coaching & Onderzoek 2018 'Zin in evidence based coaching'

Wilt u evidence-based coachen en weten welke wetenschappelijk onderbouwde methoden u kunt gebruiken binnen coaching? Laat u bijpraten en inspireren tijdens dit NOBCO symposium.

Er is een keynote over zingeving Jacky van de Goor, MSc en presentatie van de laatste stand van zaken van de Coaching Monitor. In diverse workshops geven onderzoekers en coaching experts demonstraties en oefeningen van methoden die gebaseerd zijn op de nieuwste wetenschappelijke inzichten. Inspiratie voor toepassing in uw eigen coachpraktijk.

#### Doelgroep:

Coaches, HR- en begeleidingsprofessionals, inkopers van coachdiensten en onderzoekers.

#### Programma:

13:30 Inloop en registratie

14:00 **Welkom** (door dagvoorzitter Dr. ir. Iris Keasberry, voorzitter NOBCO Commissie Wetenschappelijk Onderzoek)

14:05 **Keynote: 'Life in One Question – een zoektocht naar zin'** Zinvol werk, een zinvol leven is cruciaal voor geluk en welbevinden - maar niet vanzelfsprekend in een samenleving gedomineerd door ratio, efficiency en succes. Hoe blijf je in contact met je eigen bronnen van zingeving? In deze keynote neemt Jacky van de Goor je mee op haar zoektocht naar zin. (door Jacky van de Goor, Msc, organisatiecoach, leiderschapstrainer en auteur).

15:00 **NOBCO Coaching Monitor: Update & Eerste resultaten** (door David Brode, MSc NOBCO bestuur portefeuille Onderzoek & Benchmark en Dr. Rendel de Jong, NOBCO Commissie Wetenschappelijk Onderzoek)

15:20 **Programma workshops** (door dagvoorzitter Dr. ir. Iris Keasberry)

15:25 Pauze

15:45 **Workshop ronde 1**

- A. Van Klacht naar Veerkracht – Workshop Acceptance and Commitment Therapy (Tim Batink, PhD) –**alleen ronde 1!**
- B. Het waarom en hoe van “Hoe?” en “Waarom?” (Dr. Gijs van Houwelingen, Assistant Professor)
- C. Balans in je sterke kanten: integratie van mindfulness en positieve psychologie (Matthijs Steeneveld, MSc)
- D. Dancing in the moment - Coaching presence as the lynchpin of goal-attainment (Tünde Erdős, MSc) – **Engelstalige workshop**
- E. How mindfulness training can impact your leadership (Anka Gsell, MSc) – **Engelstalige workshop**
- F. De Coaching Monitor: Inzicht in effectiviteit van coaching (David Brode, MSc)

17:15 Pauze met soep en broodjes

18:00 **Workshop ronde 2:** keuzemogelijkheid gelijk aan ronde 1 **mu v workshop A**

19:30 Afsluiting

**Datum:** 29 november 2018 van 13:30 – 20:00 uur

**Locatie:** Aristo, Brennerbaan 150, 3524 BN Utrecht

**Kosten:** € 95,- (excl. BTW), **NOBCO coaches gratis**. Het is bij dit symposium voor NOBCO coaches mogelijk om een gratis introduc e mee te nemen.

## Toelichting keynote, presentaties en workshops

**Keynote: 'Life in One Question – een zoektocht naar zin'**

**Door: Jacky van de Goor, MSc**



Zinvol werk, een zinvol leven is cruciaal voor geluk en welbevinden - maar niet vanzelfsprekend in een samenleving gedomineerd door ratio, efficiency en succes. Hoe blijf je in contact met je eigen bronnen van zingeving? In deze keynote neemt Jacky van de Goor je mee op haar zoektocht naar zin. Een zoektocht die begon bij een verrassende levensvraag uit een Japanse film en leidde tot een promotieonderzoek aan het StoryLab van de Universiteit Twente.

Haar onderzoek bouwt voort op de positieve, existentiële en narratieve psychologie, en is gericht op de ontwikkeling van een interventie die mensen snel en krachtig bij hun essentie brengt, op basis van één persoonlijke herinnering. In de keynote presenteert Jacky de eerste resultaten van het onderzoek. Zij vertelt hoe het is om vanuit de praktijk de wonderde wereld van de wetenschap in te stappen, en wat praktijkervaring toevoegt aan onderzoek en andersom.

**Bio:** Jacky van de Goor werkt als organisatiecoach, leiderschapstrainer, auteur, spreker en onderzoeker met vitale mensen en vitale organisaties. Bezieling en zingeving staan daarin centraal. Jacky is auteur van Hartelijk georganiseerd, Het Cultuurspel en Dirty Desk Day. Sinds 2014 is zij als promovenda verbonden aan het StoryLab van de universiteit Twente, interdisciplinair expertisecentrum voor narratief onderzoek en de ontwikkeling van interventies ter bevordering van gezondheid en welzijn. Meer informatie op [www.legendadvies.nl](http://www.legendadvies.nl) en op haar onderzoekssite [www.lifeinonequestion.org](http://www.lifeinonequestion.org).

## **NOBCO Coaching Monitor: Update & Eerste resultaten 'Werkrelatie coach-coachee en kwaliteit van bestaan van de coachee, voor en na het traject'**

**Door: David Brode, MSc & Dr. Rendel de Jong**

In deze update worden de laatste ontwikkelingen gepresenteerd over de NOBCO Coaching Monitor, het evaluatie- en onderzoeksinstrument voor coaching, en de eerste resultaten uit de geanonimiseerde data.

Vorig jaar werd op dit symposium een voorbeeld gegeven van de samenhang tussen de werkrelatie aan het begin van het coachingstraject en veranderingen bij de coachee. Dit jaar gaat Rendel verder in op de samenhangen tussen werkrelatie, veranderingen bij de coachee en de tevredenheid van de coachee met de coach na het traject. Hierbij wordt speciale aandacht besteed aan het mogelijke nut van deze bevindingen voor de coaching praktijk.

## **WORKSHOP A) Van Klacht naar Veerkracht – Workshop Acceptance and Commitment Therapy**

**Door: Assistant Professor Tim Batink, PhD**



Acceptance and Commitment Therapy (ACT) is een nieuwe vorm van gedragstherapie, welke cliënten helpt om op een flexibele manier om te kunnen gaan met hun interne obstakels, zodat ze kunnen blijven investeren in datgeen wat echt belangrijk is voor ze. Tijdens de workshop zullen deelnemers op een ervaringsgerichte manier kennis maken met de basisbeginselen van ACT, waarbij er concrete oefeningen en metaforen zullen passeren die direct kunnen worden toegepast in de coaching praktijk.

**Bio:** Tim Batink is Assistant Professor aan de Open Universiteit bij de vakgroep Levensloopsychologie, waar hij onderzoek doet naar eHealth en Acceptance and Commitment Therapy. Naast onderzoeker is hij werkzaam als GZ-psycholoog en ACT-supervisor bij het U-center. Tevens is hij co-auteur van het boek Time to ACT! het basisboek voor professionals en verzorgt hij geaccrediteerde ACT-cursussen via zijn bedrijf [ACT in Actie](#).

## **WORKSHOP B) Het waarom en hoe van 'Hoe?' en 'Waarom?'**

**Door: Dr. Gijs van Houwelingen, Assistant Professor**



“Hoe...?” en “waarom...?": Veel coachvragen bevatten één van beide woorden. De laatste jaren is uit onderzoek steeds meer duidelijk geworden over de psychologische effecten van hoe- en waarom, en die zouden best eens groter kunnen zijn dan je denkt. “Hoe?” richt de aandacht op het hier en nu, op details in plaats van het grote plaatje, en op haalbaarheid in plaats van wenselijkheid. “Waarom?” leidt de focus vaak juist naar de lange termijn, het grote plaatje en op doelen in plaats van middelen. Nu er meer bekend is waarom deze vragen de cognitieve en affectieve effecten hebben die ze hebben, kunnen we ook beter inschatten hoe deze vragen optimaal in te zetten zijn in het coachproces. In deze workshop gaan we dieper in op met name dit laatste en hebben we ook aandacht voor de gevaren van een te grote nadruk op “hoe...?” of juist “waarom...?”.

**Bio:** Dr. Gijs van Houwelingen promoveerde in 2015 aan de Rotterdam School of Management op een onderzoek naar stabiele en vluchtige invloeden op moreel gedrag binnen organisaties. Inmiddels is hij werkzaam als Universitair Docent aan de Universiteit van Amsterdam (Amsterdam Business School), waar hij onder meer onderzoek doet naar de invloed van het Internet op ons morele, dan wel immorele gedrag. Hij doceert onder meer over bedrijfsethiek, maatschappelijk verantwoord ondernemen en (ethisch) leiderschap.

## **WORKSHOP C) Balans in je sterke kanten: integratie van mindfulness en positieve psychologie**

**Door: Matthijs Steeneveld, MSc**



Mindfulness gaat om het richten van de aandacht met een nieuwsgierige en vriendelijke houding op alles wat er is. De twee meest bekende trainingen (MBSR en MBCT) zijn oorspronkelijk ontwikkeld om te leren omgaan met lichamelijk dan wel psychisch lijden. Sterke kanten (VIA Character Strengths) zijn de positieve karaktereigenschappen die elk mens heeft. Mindfulness Based Strengths Practice (MBSP) integreert mindfulness en sterke kanten.

Het waardevolle van deze aanpak is dat mindfulness en sterke kanten elkaar versterken. Mindfulness helpt om sterke kanten goed te gebruiken en niet door te laten schieten in een valkuil – mindful strengths use. Omgekeerd helpen sterke kanten ook om je opmerkzaamheid te vergroten én de mindfulness vol te houden – strong mindfulness.

In deze workshop ervaar je hoe sterke kanten je kunnen helpen om meer mindful te zijn. Je krijgt direct oefeningen om zelf of met coachees te proberen. Daarnaast leer je over de theorie: wat is de waarde van het ontwikkelen van je sterke kanten?

**Bio:** Matthijs Steeneveld is positief psycholoog en werkt als trainer, coach en auteur. Binnen organisaties traint hij teams om beter samen te werken, sterke kanten in te zetten en productief met stress om te gaan. Met zijn mede-oprichters leidt hij vanuit het [Bureau voor Positieve Psychologie](#) professionals op om te werken met positieve psychologie. Als een van de eersten in Nederland geeft hij de training Mindfulness Based Strengths Practice (Niemic, 2014) – een integratie van mindfulness en sterke kanten – inclusief een train-de-trainer. Hij is redactielid van het Tijdschrift Positieve Psychologie en auteur van Optimisme Hoop Veerkracht Zelfvertrouwen (Boom, 2017), een boek over psychologisch kapitaal. Meer op [www.msteeneveld.nl](http://www.msteeneveld.nl)

**WORKSHOP D) Dancing in the moment - Coaching presence as the lynchpin of goal-attainment (ENGLISH)**

**By: Tünde Erdős, MSc**



The coach-client relationship is found to be the biggest predictor of coaching effectiveness. Yet, we have little understanding of what makes this relationship successful. How much do you value your coaching relationship? How impactful are you in coaching such that clients can achieve goals quickly, effectively producing highest impact for them in their own systems?

In this interactive workshop, we investigate how your presence drives how

- you can be more impactful;
- 'the unspoken' in the relationship contributes to your effectiveness
- you 'are' as a coach when being at your best
- you can be the best coach in the service of your clients.

Do you want to understand more of the unspoken in coaching, so that you can be more impactful? Join the tango of coaching: learn to dance in the moment with clients as a vital way of creating focus around your responses towards greater effectiveness.

**Bio:** Tünde holds an Ashridge Master's Degree in Executive Relational Coaching backed up by EMCC's accreditation at Senior Practitioner level and 10+ years of experience as a coach. Currently, she is a PhD candidate with VU Amsterdam, Erik de Haan being her supervisor.

She offers conversations with a psycho-dynamic approach, which focuses on the 'players on stage' in what seems to be a mature model in addressing tasks and goals. Tünde investigates personal and organizational issues which remain unspoken, forgotten, left out, denied, or repressed towards overcoming conscious and unconscious resistance. This emphasis on the self and all the positive and negative responses that other players on the stage might trigger in the self and in each other has proven to be fruitful for all parties involved. It grew out of the requirement in her coaching work that "You can take a horse to water but you can't make it drink".

## **WORKSHOP E) How mindfulness training can impact your leadership (ENGLISH)**

**Door:** Anka Gsell, MSc Psychology



Mindfulness meditation and its impact on human brain and behavior has become a very hot topic in various different fields, from philosophy to medicine. In the business context, the possible uses of mindfulness meditation have often been discussed on a theoretical level while specific research is still scarce. With the work I did during my master's thesis in collaboration with the University of Maastricht and the consultancy I work for, Manres GmbH, I set out to fill this gap. Specifically, we wanted to gain a better understanding of the relationship between mindfulness meditation, listening skills and leadership. The results we obtained have direct implications for leadership coaching and so I would like to use this workshop to help gain a better understanding (both theoretical and practical) of mindfulness meditation, empathic listening and how they impact the success and performance of leaders today.

**Bio:** Anka Gsell is a psychologist and leadership coach and has been working for a boutique consultancy called [Manres GmbH](#) since 2015. The company's name, Manres, consists of the words "man" (the human being) and "res" (Latin for "the affair" or "the issue"). This name reflects the duty to represent human issues and affairs in business. The name is a powerful symbol of the company's philosophy: people are decisive for every type of success – including financial success. It is with this strong conviction that Anka coaches leaders and accompanies organizations through transformation processes. Anka is very passionate about people and loves to exchange experiences and knowledge as she feels there is so much left to learn.



## WORKSHOP F) De Coaching Monitor: Inzicht in effectiviteit van coaching

**Door:** David Brode, MSc



De Coaching Monitor biedt aan inkopers van coaching meer zekerheid over de kwaliteit van de ingehuurde coach en het rendement van een coachtraject. De Monitor maakt de effectiviteit van individuele coachtrajecten zichtbaar en meetbaar. Tijdens de kennissessie behandelen we de achtergrond, structuur en het gebruik van de Coaching Monitor vanuit het perspectief van de coach en coachee.

**Bio:** Wist je dat een simpele zoekactie naar boeken over coaching meer dan 40.000 exemplaren oplevert en dat 772 daarvan over evidence based coachen gaan? Wat doen we met kennis, hoe passen we die toe en wat zijn de effecten? De hoeveelheid kennis van coaching is enorm, maar kunnen we die omzetten en gebruiken om de effecten meetbaar te vergroten? Die vraag kan David bezig houden en wordt hij enthousiast van. In zijn rol als NOBCO bestuurslid kan hij een bijdrage leveren aan onderzoek naar de toegevoegde waarde van coaching. De Coaching Monitor als meet- en inzichtsinstrument is daar een prachtig voorbeeld van.