

# Business vitaliteitscoach!

2-jarig traject met 8 modules

**karakter  
faculteit**

# module 1

## basismodule

Duur 4 dagen – € 2340 (exclusief 21% btw). Dit bedrag is exclusief trainingsmateriaal en arrangementskosten en licentiekosten.

<b>Doelgroep</b>	Personal trainers, fysiotherapeuten, leidinggevende als HR-managers
<b>Data</b>	zie agenda op de website
<b>Tijd</b>	van 13.00 tot 20.00 uur
<b>Locatie</b>	Oss, Dome X, Kanaalstraat 12b

Voor alle doelgroepen is het verplicht om de basismodule te volgen; daarna pas inschrijving andere modules en licenties te verkrijgen.

### Dit ga je leren

Coachend leidinggeven of coachend leiderschap leer je vooral door het te doen en te ervaren. Zo ontwikkel je een eigen coachingstijl. Je krijgt verschillende tools waarmee je jezelf kunt ontwikkelen als coach.

### Resultaat voor de coach

- Basis scans uitvoeren
- Je ondersteunt medewerkers in hun ontwikkeling
- Je coacht op een effectieve manier die bij jou past
- Je ontwikkelt een eigen visie op coachend leiderschap
- Je kent je eigen sterke punten en ontwikkelpunten en kunt je emoties managen

# module 1

## basismodule

---

### **Dag 1 Karakterstijl uitleg aan de hand van je eigen scan**

- Deze dag wordt verzorgd door een gastspreker drs. Yvette Hooites Meursing
- Leesboeken mee naar huis met als opdracht ze te lezen voor de start van dag 4 van deze module
- Diverse opdrachten mee naar huis voor zelfreflectie

### **Dag 2 IWAM en team analyse en weerstand uit karakter**

- Inzicht en kennis van intrinsieke motivatie
- Wat is je eigen motivatie strategie

### **Dag 3 Intervisie en groepsdynamiek en leiderschap**

- Leiderschapsstijlen op basis van karakter
- Wat is de uitwerking van je eigen karakter op een groep of team

### **Dag 4 Terugkomdag**

- Bespreken opdrachten
  - Extra lesstof karakter
  - Extra lesstof IWAM
  - Beantwoorden vooraf ingestuurde vragen
- 

### Onderwerpen die worden besproken

- De karakters met hun kwaliteiten, valkuilen en benaderingswijzen
- De verschillende scans en hoe deze elkaar aanvullen

### Zo kun je het inzetten in je business

Dit is afhankelijk van de werkomgeving die je hebt, een aantal voorbeelden zijn:

#### **HR-manager**

- Inzetten om eigen personeel beter te leren kennen en ze efficiënter in te zetten waar gewenst

#### **Ondernemer**

- Om je eigen hoofd- en bijkarakters beter te leren kennen en te leren waar deze het beste in te zetten zijn
- Klantbenadering op basis van karakter

#### **Personal trainer**

- Coaching als toevoeging op je huidige dienstenpakket, op basis van je eigen karakter en die van je klant

# module 2

## verdieping in karakterstijlen

Duur 3 dagen – € 2050 (exclusief 21% btw). Dit bedrag is exclusief trainingsmateriaal en arrangementskosten en licentiekosten.

<b>Doelgroep</b>	Personal trainers, fysiotherapeuten, leidinggevende als HR-managers
<b>Data</b>	zie agenda op de website
<b>Tijd</b>	van 13.00 tot 20.00 uur
<b>Locatie</b>	Oss, Dome X, Kanaalstraat 12b

### Dit ga je leren

Je krijgt verschillende tools waarmee je jezelf kunt ontwikkelen als coach. Oók als iemand op het eerste gezicht 'oncoachbaar' lijkt. Je leert omgaan met lastige situaties en krijgt inzicht in het bouwen van een high performance team.

### Dit is het resultaat voor jou als coach

- Basis team scans uitvoeren
- Je stimuleert de ambities van je medewerkers
- Je kent je eigen sterke punten en ontwikkelpunten en kunt je emoties managen
- Je hanteert een coachende houding, óók in lastige situaties
- Je coacht niet alleen individuen, maar ook het team op samenwerking en resultaat

# module 2

## verdieping in karakterstijlen

---

### Dag 1 Verdieping in de karakterstijlen

- Deze dag wordt verzorgd door een gastspreker drs. Yvette Hooites Meursing

### Dag 2 Verdieping in groepsdynamiek

- Welke groepsfases zijn er op basis van karakter
- Team analyses maken op basis van karakter en IWAM

### Dag 3 Karakterstijlen en leiderschap

- Beoordelen van cultuuranalyse op basis van karakter leiderschap
  - Advies geven op leiderschap, verantwoording en teamscans
- 

### Onderwerpen die worden besproken

1. Verdiepingen van de karakterstijlen
2. Leren omgaan met groepsdynamiek
3. Welke leiderschapstijl past het beste bij mij

### Zo kun je het inzetten in je business

Dit is afhankelijk van de werkomgeving die je hebt, een aantal voorbeelden zijn:

#### HR-manager

- Werving en selectie van nieuwe mensen op basis van competenties in het team, en gewenste competenties

#### Ondernemer

- Inzetten om eigen personeel beter te leren kennen en ze efficiënter in te zetten waar gewenst
- Werving en selectie van nieuwe mensen op basis van competenties in het team, en gewenste competenties

#### Personal trainer

- Bewegingen toevoegen aan trainingen op basis van het karakter van je klant

# module 3

## verdieping in communicatietechnieken en coaching technieken

Duur 2 dagen – € 1350 (exclusief 21% btw). Dit bedrag is exclusief  
trainingsmateriaal en arrangementskosten en licentiekosten.

<b>Doelgroep</b>	Personal trainers, fysiotherapeuten, leidinggevende als HR-managers
<b>Data</b>	zie agenda op de website
<b>Tijd</b>	13.00 uur tot 20.00 uur
<b>Locatie</b>	Oss, Dome X, Kanaalstraat 12b

### Dit ga je leren

- In welke situaties maak je een duidelijke context
- Coaching gesprek technieken op basis van gedrag
- Effectief coachen en daarbij gedrag kunnen duiden van je kandidaat

### Dit is het resultaat voor jou als coach

- Metaprogramma's leren herkennen en erkennen bij jezelf en anderen
- Conflicten oplossen aan de hand van metaprogramma's zichtbaar te maken

# module 3

## verdieping in communicatietechnieken en coaching technieken

---

### **Dag 1 Verdieping in H-NLP communicatie**

- Deze dag wordt verzorgd door een gastspreker Henk Beljaars Master trainer H-NLP
- Leren omgaan en herkennen metaprogramma's

### **Dag 2 Coach technieken op basis van karakterstijlen en H-NLP**

- Herkennen van gedrag wat voortkomt uit intrinsieke motivatie
  - Coach gesprekstechnieken op basis van H-NLP gericht op karakterstijlen
- 

### Onderwerpen die worden besproken

- Hoe werkt je brein?
- Waar komt gedrag vandaan en hoe zie je dit terug in metaprogramma's?
- Hoe werkt je saboteur?

### Zo kun je het inzetten in je business

Dit is afhankelijk van de werkomgeving die je hebt, een aantal voorbeelden zijn:

#### **HR-manager**

- Voeren van functionerings- en beoordelingsgesprekken op basis van het karakter van de persoon die tegenover je zit

#### **Ondernemer**

- Voeren van functionerings- en beoordelingsgesprekken op basis van het karakter van de persoon die tegenover je zit

#### **Personal trainer**

- Het begeleiden van teaminzichten op basis van karakter

# module 4

## organisatie en cultuur

Duur 3 dagen – € 2250 (exclusief 21% btw). Dit bedrag is exclusief trainingsmateriaal en arrangementskosten en licentiekosten.

<b>Doelgroep</b>	Leidinggevende en HR-managers
<b>Data</b>	zie agenda op de website
<b>Tijd</b>	13.00 uur tot 20.00 uur
<b>Locatie</b>	Oss, Dome X, Kanaalstraat 12b

### Dit ga je leren

- Welk karakter zorgt voor weerstand in de organisatie
- Omgaan met afspraken die andere niet nakomen
- Processen die niet lopen ombuigen
- Diagnose stellen van miscommunicatie

### Dit is het resultaat voor jou als coach

- Onderzoeken van veranderingen in organisatie
- Project weerstand kunnen inzien en doorbreken
- De juiste mensen op de juiste plek kunnen plaatsen en dit kunnen onderbouwen



# module 4

## organisatie en cultuur

---

**Dag 1**   **Organisatie analyse op karakter**

**Dag 2**   **Cultuur analyse**

**Dag 3**   **Teamanalyse**

---

### Onderwerpen die worden besproken

- Hoe is de sfeer binnen een team of groep
- Ongeschreven regels vaststellen
- Interactie tussen karakterstijlen
- Transformatieladder lopen

### Zo kun je het inzetten in je business

- Motiverende coaching gesprekken voeren iWAM gericht
- Karakter van organisatie bepalen – oefening per trap transformatie ladder
- Modellen maken met karakter in werk
- Veranderprocessen omzetten naar transformatieprocessen
- Oplossingsgericht coachen

# module 5

## bewegen op karakter

Duur 4 dagen – € 2995 (exclusief 21% btw). Dit bedrag is exclusief trainingsmateriaal en arrangementskosten en licentiekosten.

<b>Doelgroep</b>	Personal Trainers en Fysiotherapeuten
<b>Data</b>	Zie website
<b>Tijd</b>	13.00 uur tot 20.00 uur
<b>Locatie</b>	Oss, Fysioplus, Gezondheidslaan 1

### Dit ga je leren

Na deze module ben je in staat je fysieke oefeningen in te zetten op basis van karakter. Dit ter ondersteuning van het karakter of om inzicht te geven in het gedrag wat bij dit karakter hoort.

### Dit is het resultaat voor jou als coach

Je kan binnen een korte tijd tot het daadwerkelijke struikelblok van iemand komen, je kan iemand concrete handvaten geven middels oefeningen om met het niet gewenste gedrag om te gaan. Je ervaart ook hoe jouw eigen karakter zich laat zien tijdens het bewegen en wat dat met je kan doen.

---

#### Dag 1 Karakter en beweging

Deze dag wordt verzorgd door drs. Yvette Hooites Meursing

#### Dag 2 Karakter en bewegen

#### Dag 3 Trainingsschema's op karakter

#### Dag 4 Begeleiding van trainingen op karakter

Incl. alle trainingsschema's per karakter voor 12 weken

---

### Onderwerpen die worden besproken

- Welke bewegingen vindt het karakter moeilijk of juist fijn?
- Wat heeft het karakter te leren?
- Hoe uit zich dat in gedrag tijdens bijvoorbeeld werk of thuis
- Concrete 12-weekse opbouw per karakter
- Praktijkdag om deze schema's te gaan doen en ervaren

# module 6

## karakter en organisatie

Duur 2 dagen – € 1350 (exclusief 21% btw). Dit bedrag is exclusief trainingsmateriaal en arrangementskosten en licentiekosten.

<b>Doelgroep</b>	Voor leidinggevende en HR-managers
<b>Data</b>	Zie website
<b>Tijd</b>	13.00 uur tot 20.00 uur
<b>Locatie</b>	Oss, Dome X, Kanaalstraat 12b

### Dit ga je leren

- Meer in veerkracht komen na tegenslag
- Welk karakter gebruik je voor welk probleem op te lossen

### Dit is het resultaat voor jou als coach

- Weten hoe je de behoefte van de medewerkers centraal kunt stellen
- Je achterhaalt waar de groei vandaan komt in het bedrijf dmv het team vb dalende omzet, klantgerichtheid, afnemers

---

#### Dag 1 Karakter in werk

#### Dag 2 Transformatieladder

Incl. materiaal om transformatieladder te lopen met mensen of bedrijven of teams

---

### Onderwerpen die worden besproken

- Voordeel van samenwerken,
- Hoe kijken medewerkers tegen elkaar aan

### Zo kun je het inzetten in je business

- Teambuilding, samenwerkingstrajecten begeleiden
- Transformatieprocessen begeleiden
- Probleem cases volgens een procedure aan pakken en oplossen

# module 7

## vitaliteit op de werkvloer

Duur 2 dagen – € 1350 (exclusief 21% btw). Dit bedrag is exclusief trainingsmateriaal en arrangementskosten en licentiekosten.

<b>Doelgroep</b>	Personal trainers, fysiotherapeuten, leidinggevende als HR-managers
<b>Data</b>	Zie website
<b>Tijd</b>	13.00 uur tot 20.00 uur
<b>Locatie</b>	Oss, Dome X, Kanaalstraat 12b

### Dit ga je leren

- Hoe vitaal ben ikzelf en de mensen waarmee is werk. Waar moet je op letten bij je medewerkers en bij jezelf
- Hoe ga ik om met vitaliteit, ergonomie op het werk zonder dat dit ten koste gaat van directe uren
- Hoe gaat elk karakter om met vitaliteit

### Dit is het resultaat voor jou als coach

Je kan mensen op hun werkplek helpen met kleine aanpassingen. Je kan vitaliteit terug laten komen in functionerings-, beoordelings- en POP gesprekken.

---

#### Dag 1 Vitaliteit op karakter

---

#### Dag 2 Vitaliteit op de werkvloer

---

### Onderwerpen die worden besproken

- Hoe gaat elk karakter om met vitaliteit
- Ergonomie en karakter
- Vitaliteit en werk
- Hoe verwerk ik vitaliteit in gesprekken met medewerkers
- Concrete oefeningen om werk- vitaliteit en karakter te koppelen aan elkaar

### Zo kun je het inzetten in je business

- Je kunt kleine ergonomische aanpassingen doen bij medewerkers indien wenselijk
- Je kunt concrete ondersteuning geven middels oefeningen en adviezen rondom vitaliteit en werk
- Vitaal team is vitaal resultaat

# module 8

## karakter, vitaliteit en voeding

Duur 2 dagen – € 1350 (exclusief 21% btw). Dit bedrag is exclusief trainingsmateriaal en arrangementskosten en licentiekosten.

<b>Doelgroep</b>	Personal trainers, fysiotherapeuten, leidinggevende als HR-managers
<b>Data</b>	Zie website
<b>Tijd</b>	13.00 uur tot 20.00 uur
<b>Locatie</b>	Oss, Dome X, Kanaalstraat 12b

### Dit ga je leren

- Wat is lifestyle coaching
- Werkdruk bepaling
- Energie- en stressmeting
- Vitaliteit is een kernwaarde

### Dit is het resultaat voor jou als coach

- Gesprekken voeren op basis van lifestyle coaching
- Begeleiden in een gezonde leefstijl op basiskarakter
- Met een scan een energie o-meting en resultaatmeting uitvoeren

---

#### Dag 1 Karakter en voeding

#### Dag 2 Energie en stress v.s. karakter

---

### Onderwerpen die worden besproken

- Hoe uit karakter zich in voeding
- Welk karakter heeft welke voedingsstoffen nodig
- Energieniveau verhogen vanuit karakter

### Zo kun je het inzetten in je business

- Juiste oefeningen en bewegingen inzetten bij elk karakter
- Lifestyle coaching toepassen
- Matching en mismatching in teams

# unieke methode

Iedere coach heeft zijn eigen stijl, zijn eigen achtergrond, voorkeuren en behoefte in groei. Daarom kiezen wij van KarakterFaculteit ervoor om voor de start van module 1 samen met jou een uniek en op maat gemaakt studiepakket te bepalen. Dit doen we in een persoonlijk gesprek.

## Betaalwijze

Na ontvangst van je aanmelding versturen we de factuur. Deze dient binnen 14 dagen na factuurdatum te worden voldaan maar uiterlijk voor aanvang van de training/opleiding. De bedragen van de modules zijn inclusief trainingsmateriaal en exclusief arrangementskosten en licentiekosten.

## Arrangement

Voor trainingdagen met een avondprogramma kun je gebruik maken van de accommodatie bij de Talentencampus, koffie/thee, 1 overnachting en een uitgebreid ontbijtbuffet € 120 (exclusief btw).

## Certificaat

Na afronding van elke module ontvang je, op basis van aanwezigheid en actieve deelname, een deel-certificaat van de KarakterFaculteit. Hiermee heb je een door het bedrijfsleven kwalitatief hooggewaardeerd certificaat in huis. Na het volgen van module 1 t/m 4 krijg je een certificaat voor Business Vitaliteitskarakter van organisatie bepalen – oefening per trap transformatie ladder

- Maak mijn eigen model met karakter in werk
- Welke rol speelt welk karakter
- Met oefening wat dat karakter nodig heeft

# unieke methode

## Extra ontwikkelingen

**Associé Licentie** – is mogelijk na het volgen van module 1.

Onder begeleiding van de KarakterFaculteit kun je testen afnemen totdat je module 1,2,3 en 4 hebt gevolgd

Per jaar € 750

Minimale afname van 6 testen à € 80

Dit is inclusief 6 uur supervisie op de testen

**Licentie karakterstijl testen voor Business VitaliteitsCoach!** – op eigen naam is mogelijk na het volgen van module 1, 2, 3 en 4.

Per jaar € 1200

Minimale afname van 10 karakterstijltesten à € 80

Dit is inclusief 10 uur supervisie per jaar op de testen

Dit is inclusief de teamtesten

Dit is inclusief de vitaliteitsscan omgeving, excl. testen à € 50

**Licentie IWAM van JobEQ** – na module 1 is er een Associé Licentie mogelijk.

Onder begeleiding van de KarakterFaculteit kun je testen afnemen totdat je module 1,2,3 en 4 hebt gevolgd

Minimale afname van 6 testen à € 80

Dit is inclusief 6 uur supervisie op de testen

**Licentie op eigen naam na het volgen van module 1,2,3, en 4.**

Eenmalige inschrijving bij JobEQ € 800

Inkooptesten per 10-tal mogelijk à € 80 per test

## Praktijkbegeleiding

### • Abonnement supervisie

10 uur rittenkaart voor € 800

Jaarabonnement € 1200 incl. 16 uur

### • Inhoud supervisie

Vanaf het eerste moment begeleiden we jou middels businesscoaching

Wat kun je hiervan verwachten:

Hoe kom je aan klanten?

Marketingtips

Hoe run je je eigen business?

Persoonlijke groei en ontwikkeling zowel als coach én als ondernemer

Kanaalstraat 12b  
5347 KM, OSS  
06-30800623 (Angelique)  
06-50263844 (Mireille)  
[www.karakterfaculteit.nl](http://www.karakterfaculteit.nl)

**karakter  
faculteit**