

## Handleiding Praktijkexamen Opleiding Systemisch Coachen – Zonnevlucht Opleidingen

Tijdens het praktijkexamen toetsen wij niet of je “het perfect doet”, maar of je **systemisch kunt werken vanuit aanwezigheid, bedding en vakmanschap**.

Systemisch coachen is geen trucje.

Het is zichtbaar in hoe jij **bent, waarneemt en beweegt in het contact**.

Deze handleiding geeft je inzicht in waar wij als opleiders op letten.

### Waar kijken wij naar tijdens het examen?

#### 1. Aanwezigheid & bedding

We kijken of je:

- aanwezig bent in jezelf (lichaam, adem, tempo);
- kunt vertragen waar nodig;
- veiligheid en rust brengt voor je coachee;
- niet gaat “duwen” of oplossen.

**De vraag is niet zozeer:** doe je het goed?

**De vraag is:** ben je er écht?

#### 2. Systemisch waarnemen

We letten op:

- of je kunt luisteren voorbij het verhaal;
- signalen oppikt in taal, lichaam en dynamiek;
- systemische principes herkent (plek, ordening, loyaliteit);
- onderscheid maakt tussen interpretatie en waarneming.

Je hoeft het niet “te weten” — maar we zien graag dat je **kunt blijven in het niet-weten**.

#### 3. Intake & hulpvraag

We kijken of je:

- open, onderzoekende systemische vragen stelt;
- “werkt” met het lichaam van je coachee;
- de coachee helpt vertragen en verdiepen;

- komt tot een **heldere, gedragen hulpvraag**;
- niet te snel naar een interventie gaat.

Een goede hulpvraag is voelbaar — niet alleen logisch.

#### 4. Keuze van interventie

We letten op:

- of je interventie aansluit bij de hulpvraag;
- of je eenvoudig durft te blijven (niet te complex);
- of je kunt uitleggen *waarom* je iets inzet (psycho-educatie);
- of je systemisch blijft denken in plaats van “technisch werken”.

#### 5. Uitvoering van de sessie

Tijdens de opstelling of interventie kijken we of je:

- het proces volgt in plaats van stuurt;
- signalen van de coachee serieus neemt;
- het lichaam betreft;
- kunt begrenzen waar nodig;
- ruimte laat voor wat zich aandient.

Hier wordt zichtbaar of je **systemisch werkt of een methode uitvoert**.

#### 6. Professionele houding

We letten op:

- hoe je omgaat met spanning (bij jezelf en de ander);
- of je in contact blijft (met jezelf en de ander);
- of je verantwoordelijkheid neemt voor het proces;
- of je binnen je rol blijft (coach, geen redder).

#### 7. Nagesprek & integratie

We kijken of je:

- de coachee helpt verwoorden wat er is gebeurd;
- niet gaat invullen of interpreteren;
- ruimte geeft voor betekenisgeving;
- een passende afronding biedt.

## 8. Tijdsbewaking

Je bent zelf verantwoordelijk voor de tijd.

We letten op:

- of je alle onderdelen doorloopt;
- of je niet blijft hangen in één fase;
- of je voldoende ruimte houdt voor afronding.

### Wat heb je nodig om te slagen?

Je hoeft geen perfecte sessie neer te zetten.

Je slaagt wanneer wij zien dat je:

- werkt vanuit **aanwezigheid en lichaamsbewustzijn**
- systemisch kunt **waarnemen en volgen**
- een **passende hulpvraag** kunt begeleiden
- een interventie **zorgvuldig en passend inzet**
- **professioneel en begrensd** blijft
- verantwoordelijkheid neemt voor **tijd en proces**
- de **systemische wetmatigheden kent en toepast**
- **systemische vragen stelt vanuit nieuwsgierigheid en oordeelloosheid**

### Over systemische vragen

Tijdens het examen kijken we niet alleen *wat* je vraagt, maar vooral *van waaruit* je vraagt.

Systemische vragen ontstaan niet uit analyse, maar uit **waarneming en aanwezigheid**.

**We letten erop of je:**

- vragen stelt vanuit **oprechte nieuwsgierigheid**
- kunt vertragen in plaats van sturen
- **oordeelloos blijft**, ook bij complexe of beladen thema's
- niet aanneemt, interpreteert of invult voor de coachee
- ruimte laat voor wat zich wil laten zien

Een systemische vraag opent. Ze hoeft niet slim of ingewikkeld te zijn — maar wel **raak en afgestemd**.

### Ter herinnering

Je hoeft het niet allemaal te weten.

Je hoeft het niet perfect te doen.

Wat we wél willen zien, is dat je:

kunt **blijven bij wat zich aandient**,

kunt **dragen wat er is**, en werkt vanuit **contact — met jezelf, de ander en het veld**.

### Tot slot

Dit examen is geen eindpunt, maar een momentopname in je ontwikkeling.

We kijken niet alleen naar wat je doet — maar vooral naar **hoe je aanwezig bent in het systemisch veld**.

**In de onderstroom ligt het werk.**

En dat is precies waar we naar kijken.

Hartelijke groet,  
Pauline Trum



**Zonnevlucht Opleidingen**

School voor bewustwording, groei en belichaamd begeleiden

Zonnevlucht Opleidingen  
Nijverheidsstraat 23  
4261 TK Wijk en Aalburg  
06 - 17 48 51 46 (spreek b.g.g. de voicemail in)