



**HorSense**  
CENTRUM VOOR ONTWIKKELING



# Studiegids 2024 - 2025



Maria Los  
Photography

## Inhoud

Over HorSense Centrum voor ontwikkeling .....	2
HorSense als opleider.....	3
Kwaliteit.....	3
Klachtenprocedure.....	4
1 op 1 leertrajecten.....	4
1. Hoe zien de individuele leertrajecten eruit?.....	6
1.1 Blok 1; Coaching begint bij jezelf (ontwikkelen van zelfbewustzijn).....	6
1.2 Blok 2; Professioneel paardencoach.....	7
1.3 Blok 3; Verdiep jouw coachskills.....	7
2. Wat zijn de uitgangspunten? .....	8
3. Programma-inhoud .....	9
4. Details van het individuele leertraject “Coaching begint bij jezelf” .....	12
5. Details van het individuele leertraject “Professioneel paardencoach” .....	12
6. Details van het individuele leertraject “Verdiep jouw coachskills” .....	14
7. <b>Aanbevolen literatuur</b> .....	15

## Over HorSense Centrum voor ontwikkeling

HorSense is in 2009 als toen een van de eerste opleidingen in Nederland gestart met het geven van opleidingen in het coachen met behulp van paarden.

Jeannet Smulders heeft, samen met destijds oprichter Frans Jaspers en Henk van t' Net in België, het coachen met paarden als methode doorontwikkeld (Paard Als Spiegel (PAS)) en op didactische wijze een opleiding opgezet waarin coaches op een professionele manier leren werken als coach met de inzet van paarden in het coachproces.

HorSense streeft een hoge mate van kwaliteit na door gedurende de opleiding deelnemers te laten reflecteren op hun handelen en gezamenlijke intervisies te organiseren. Wij vragen ook de deelnemers een eindevaluatie in te vullen na de opleiding.

HorSense werkt met haar eigen paarden tijdens het leerproces. Paard is en blijft paard. Zij krijgen geen trucjes aangeleerd en leven zoveel mogelijk in hun eigen kudde met een zo vrij mogelijke in- en uitloop naar binnen of buiten. Deelnemers

oefenen thuis met hun eigen paarden of paarden die hen ter beschikking staan. De individuele leertrajecten van HorSense zijn dé ervaringsgerichte opleidingen om, als vak of in je vak, professioneel te leren coachen vanuit je hart, hoofd en lijf en samen met het paard. Bij HorSense werken we vanuit een stevige theoretische basis en leggen vervolgens de nadruk op het ervaren – het verschil maak je door te doen, te integreren en effectief te reflecteren. Na deze leertrajecten weet je hoe jij jezelf kunt inzetten als instrument om coachees maximaal in beweging te krijgen. Omdat je weet wat je wilt en wie je bent.

Met jezelf aan de slag te gaan samen met een professionele trainer/coach, is een cadeautje voor jezelf; alle tijd en aandacht voor jouw onderwerpen op jouw tempo en niveau. Met deze individuele trainingen bereik je niet alleen je doel, maar doe je dat ook nog eens bijzonder snel en effectief.

## HorSense als opleider

HorSense gaat uit van het model van reflecteren op, en bewustwording van achterliggende denkwijzen en aannames in eigen (professionele) handelen. Door de coaching krijgt de coachee in ontwikkeling een (her-) interpretatie van waar hij of zij in eigen gedrag en motivatie staat, waar hij of zij naar toe wil en hoe dat geconcretiseerd kan worden.

De inzet van het paard vormt een katalysator in dit proces. De bewustwording die plaatsvindt bij de coachee wordt onmiddellijk zichtbaar in de interactie met het paard. Het paard heeft een groot sensitief vermogen en is een sterke waarnemer. Haar intuïtieve kracht overtreft vele malen het vermogen van de mens. Het paard zet, vanuit haar oorspronkelijkheid, deze kracht om in handelen.

## Kwaliteit

Alle docenten van HorSense hebben minimaal een afgeronde HBO opleiding en/of werkervaring op hbo-niveau, waarbij kan worden opgemerkt dat het onderwijsmateriaal is ontwikkeld door didactisch opgeleide docenten. Daarnaast staan de hoofddocenten ingeschreven bij de NOBCO (Nederlands orde voor beroepscoaches).

HorSense is CRKBO (Centraal register voor kortdurend beroepsonderwijs) geregistreerd wat inhoudt dat de opleidingen regelmatig worden gecontroleerd en getoetst op de kwaliteit van het geboden onderwijs. Ook de gastdocenten brengen elk hun eigen expertise en professionaliteit in.



## Klachtenprocedure

We hopen het natuurlijk niet, maar het kan zijn dat je toch niet helemaal tevreden bent over de gang van zaken. Laat het ons op tijd weten, dan proberen we samen tot op een oplossing te komen. Lukt dat onvoldoende naar wens, dan heeft HorSense een klachtenprocedure. Deze is te vinden op onze website.

## 1 op 1 leertrajecten

De individuele leertrajecten van HorSense zijn 1 op 1 trajecten en bestaan uit 3 stappen;

1. Coaching begint bij jezelf
2. Professioneel paardencoach
3. Verdiep jouw coachskills

De leertrajecten kunnen ook apart gevolgd worden. Als je aan de leertrajecten wilt beginnen, houden we met jou een kennismakingsgesprek zodat we jou leren kennen en jij ook weloverwogen voor HorSense kunt kiezen.

De begeleiding en jouw inzet is op p-hbo niveau. Je leertraject wordt bewaakt én op basis van feitenkennis, kwaliteit, theoretische onderbouwing en bronnengebruik én op zelfreflectie en bewustwording van jouw doen en laten als coach.

## De trainers

**Jeannet Smulders**

**Klaske van der Horst**

Neem dan contact op met jouw opleider.

Trainer	Trainer
	
Jeannet Smulders	Klaske van der Horst

Jeannet Smulders

[jeannet@horsense.nl](mailto:jeannet@horsense.nl)

Klaske van der Horst

[KjvdHorst@gmail.com](mailto:KjvdHorst@gmail.com)

# 1. Hoe zien de individuele leertrajecten eruit?

## 1.1 Stap 1; Coaching begint bij jezelf (ontwikkelen van zelfbewustzijn)

### Herken je dit?

- Ik wil graag zelfverzekerd zijn en vandaaruit ook anderen helpen
- Ik wil dingen gaan doen waar ik blij van word.
- Ik wil een goede coach worden die andere kan helpen op hun pad
- Ik heb zelf iets meegemaakt en kan met mijn ervaring anderen meer inzicht en handvatten in het leven bieden.

Eén van de eerste stappen in je ontwikkeling tot coach is het ontwikkelen van zelfbewustzijn. Zelfbewust zijn gaat over de mate waarin je bewust bent van je zelf, zoals het woord al zegt. Het gaat dus over de mate waarin je zicht hebt op je eigen filters, thema's en dynamieken.

Zelfbewustzijn is de basis voor zelfontwikkeling. Je kunt namelijk pas gericht wat ontwikkelen, als je het eerst ziet. Als je er bewust van bent.

Als je als coach onvoldoende zelfbewust bent, beïnvloedt dit de kwaliteit en het effect van coaching aanzienlijk. Coaching gaat namelijk in essentie om de ander zien en begrijpen, en je coachee vanuit dit begrip ondersteunen in de benodigde ontwikkeling. En als ik als coach niet kan zien wie ik zelf ben en in welke mate mijn 'filters' mijn beeld van mijn coachee beïnvloeden, kan ik onmogelijk een zuiver beeld en begrip van mijn coachee vormen.

Kortom: *ik ben pas in staat om de ander te zien, als ik mezelf zie.*

Deze stap bestaat uit 6 bijeenkomsten met individuele begeleiding in relatie tot coaching en persoonlijke ontwikkeling. Je wordt gecoacht met het paard.

In het individuele leertraject "Coaching begint bij jezelf" leer je hoe dit kan. Tijdens dit individueel leertraject ontdek je namelijk hoe je jezelf kunt inzetten als jouw belangrijkste coachinstrument en ontwikkel je je tot p-hbo niveau gecertificeerd coach. Je verkent jouw mechanismen en hoe deze je interacties beïnvloeden.



Het individuele leertraject voorziet de cursist van een professionele basis in de driehoeksverhouding COACH – COACHEE – PAARD.

## 1.2 Stap 2; Professioneel paardencoach

### Herken je dit?

- Ik wil graag anderen helpen
- Ik wil graag met mijn paarden werken
- Ik mijzelf graag blijven ontwikkelen

In dit individuele leertraject staat de mens centraal. Onder begeleiding ontwikkel jezelf tot professionele coach. De inzet van paard heeft een belangrijke aanvullende waarde als spiegel van het gedrag en handelen van de mens.

Tijdens het individuele leertraject "Professioneel paardencoach" richt je je op de ontwikkeling van jouw basisvaardigheden op het gebied van coaching (met Paard als Spiegel). Het leertraject bestaat uit theorie-en praktijkonderdelen.

## 1.3 Stap 3; Verdiep jouw coachskills

### Herken je dit?

- Ik loop soms tegen gevoelens aan tijdens de coachsessie
- Ik weet soms niet hoe om te gaan met complexe coachsituaties
- Ik loop soms vast in het gesprek
- Ik merk soms dat ik harder werk dan de coachee

Dit individueel traject duurt 3 maanden (9 uur totaal) en richt zich op de gevorderde coach. Ben je al een aantal jaren actief bezig als coach met inzet van paarden, dan loop je soms wel eens tegen dingen op die je misschien graag anders zou willen doen. Maar je weet niet hoe. Dan is dit individuele leertraject de oplossing! Wij maken gebruik van 'vrije specialisaties' wat betekent dat je zelf onderwerpen, thema's of methodieken kiest en onderzoekt met theoretische onderbouwing. Onderwerpen waar jij blij van wordt. Hiermee kun je je eigen coachpraktijk in relatief korte tijd nog meer een unieke boost geven.

## 2. Wat zijn de uitgangspunten?

In de individuele leertrajecten leer je:

- Cursist kan vanuit een zelfanalyse de persoonlijke kwaliteiten als coach bepalen en ook essentiële ontwikkelingspunten benoemen
- Cursist kan een persoonlijk competentieprofiel opstellen
- Cursist kent de belangrijkste aspecten van contact maken en in relatie komen met de ander
- Cursist kan waardevrij waarnemen
- Cursist herkent de valkuilen in de interactie met de ander m.n. gericht op projectie en overdracht
- Cursist kent de ethische gedragscode en op zijn eigen coach-handelen toepassen
- Cursist kan zijn persoonlijke visie op coaching beschrijven en aangeven
- Cursist kan het COACH-model toepassen in de coachsessie
- Cursist is in staat om de intakeprocedure met paard als co-coach uit te voeren
- Cursist kan de kernoefening in een coachsessie koppelen aan de inzet van Paard
- Cursist kan zijn drijfveren/motivatie benoemen v.w.b. zijn rol als coach
- Cursist ontwikkelt passende variaties op oefeningen gekoppeld aan genoemde methodieken.
- Cursist kan specifiek paardengedrag herkennen
- Cursist kan aangeven hoe de veiligheid van mens en paard in de coachsessie wordt bewaakt
- Cursist kan het belang onderschrijven van respect en vertrouwen voor paard in de coachsessie en weet hier op een adequate wijze mee om te gaan



### 3. Programma-inhoud

Het totale programma heeft 3 stappen. In deze stappen verdiep je je in verschillende coachingsgebieden.

In de tabel hieronder vind je een overzicht van de activiteiten per maand.

#### Stap 1

Dag	Onderwerp	Datum
Dag 1 Anderhalf uur	Kennismaking Uitleg programma Inventarisatie wensen en leerdoelen Ervaren van ineffectief gedrag Werken met de paarden	
Dag 2	Wat is authenticiteit (Ikigai) of HCPP Ik leer wat mijn persoonlijke waarden zijn en wat mijn doel in het leven is. Ik leer wat mijn talenten zijn Ik kan bewust mijn beslissingen nemen Hoe zou dat er voor mij uitzien als ik dat kan. Vertellen hoe het er nu uit ziet en hoe het er kan uitzien. Werken met de paarden	
Dag 3	Je intuïtie leren ontwikkelen waardoor je niet meer puur vanuit jou ratio werkt Je maakt weer contact met jezelf, je eigen gevoel, je lichaam en met je eigen energie. Hierdoor kom je weer in verbinding met jouw ware essentie Werken met de paarden	
Dag 4	Bewust te worden van je eigen denken, voelen en doen Onderzoek naar belemmerende patronen Werken met de paarden	
Dag 5	Begripvolle beïnvloeding; Communicatiemodellen zoals Roos van Leary, Mijn Kijk Werken met de paarden	
Dag 6	Afsluitende methodieken - evaluatie	

## Stap 2

<b>Dag</b>	<b>Onderwerp</b>	<b>Datum</b>
Dag 1 9.00-12.00	Kennismaking Uitleg programma Inventarisatie wensen en leerdoelen Wat is coachen (basis coachvaardigheden) PAS methodiek	In overleg
Dag 2 9.00-12.00	Wie ben ik als coach? Coachen in het hier en nu	
Dag 3 9.00-12.00	De kunst van de ontmoeting Diverse coachmethodieken samen met de paarden	
Dag 4 9.00-12.00	Communicatievaardigheden/modellen Welzijn van het paard – leren herkennen van kalmerende signalen	
Dag 5 9.00-12.00	Het kunnen uitvoeren van coachsessies met proefcoachees en met audiovisuele ondersteuning Afspraken over de certificering	

### Stap 3

Dag	Onderwerp	Datum
Dag 1 9.00-12.00	Kennismaking Uitleg programma Inventarisatie wensen en leerdoelen Inventarisatie "Vrije specialisatie" Afstemmen bestaande kennis Opstellen persoonlijk leerplan Coachen in complexe situaties/ coachen vanuit de PAS methodiek Opdrachten	
Dag 2 9.00-12.00	Bespreking opdrachten Coachvragen/ persoonlijke ontwikkeling Soorten hulpvragen – wel/niet doorverwijzen Beweging creëren in een coachgesprek Keuze vrije specialisatie Opdrachten	
Dag 3 9.00-12.00	Bespreking opdrachten Coachvragen/persoonlijke ontwikkeling Psycho-educatie (trauma, oud zeer etc.) Stressfysiologie en polyvagaal methode zowel bij paard als bij jezelf Verdiepend eigen onderzoek naar belemmerende patronen Afspraken certificering	

#### 4. Details van het individuele leertraject “Coaching begint bij jezelf”

Individueel leertraject:	Individueel leertraject “Coaching begint bij jezelf”
Duur:	3 maanden
Omvang:	3 bijeenkomsten van 3 uur
Groepsgrootte:	Individueel
Studiebelasting:	Gemiddeld 8-10 uur per maand
Opleidingsniveau:	HBO
Vooropleiding:	Voor deze opleiding dien je minimaal een MBO-niveau 4 of HAVO-opleiding* te hebben afgerond en voldoende levenservaring en motivatie te hebben
Docenten:	Klaske van der Horst (Zuid) of Jeannet Smulders (Oost)
Bewijs van deelname:	Je ontvangt een bewijs van deelname als je verder wilt gaan als “Professioneel paardencoach”
Portfolio-eisen:	nvt
Investing:	€570,-
Extra kosten:	

#### 5. Details van het individuele leertraject “Professioneel paardencoach”

Individueel leertraject:	Individueel leertraject “Professioneel paardencoach”
Duur:	5 maanden
Omvang:	5 bijeenkomsten van 3 uur
Groepsgrootte:	Individueel
Studiebelasting:	Gemiddeld 8-10 uur per maand
Opleidingsniveau:	HBO

Vooropleiding:	Voor deze opleiding dien je minimaal een MBO-niveau 4 of HAVO-opleiding* te hebben afgerond en voldoende levenservaring en motivatie te hebben
Docenten:	Klaske van der Horst (Zuid) of Jeannet Smulders (Oost)
Certificaat:	<p>Je ontvangt het certificaat "Professioneel paardencoach" indien je hebt voldaan aan de volgende eisen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Het voldoen aan de aanwezigheidsplicht van 90%.</li> <li>• Portfolio met een voldoende beoordeling hebben afgesloten.</li> <li>• Mondeling examen met een voldoende beoordeling afgesloten.</li> <li>• Praktijk examen met voldoende beoordeling afgesloten</li> <li>• Het ontvangen van een positieve trainersverklaring.</li> <li>• Voldaan hebben aan de eisen voor het werken met proefcliënten.</li> <li>• Voldaan hebben aan de eisen voor de Vrije specialisatie/ bewijs van</li> <li>• Voldaan is aan de betalingsverplichting.</li> </ul>
Portfolio-eisen:	nvt
Investering:	€1495,-
Extra kosten:	

## 6. Details van het individuele leertraject “Verdiep jouw coachskills”

Individueel leertraject:	Individueel leertraject “Verdiep jouw coachskills”
Duur:	3 maanden
Omvang:	3 bijeenkomsten van 3 uur
Groepsgrootte:	Individueel
Studiebelasting:	Gemiddeld 8-10 uur per maand
Opleidingsniveau:	HBO
Vooropleiding:	Voor deze opleiding dien je minimaal een MBO-niveau 4 of HAVO-opleiding* te hebben afgerond en voldoende levenservaring en motivatie te hebben
Docenten:	Klaske van der Horst (Zuid) of Jeannet Smulders (Oost)
Certificaat:	Je ontvangt het certificaat “Verdiep jouw coachskills” indien je hebt voldaan aan de volgende eisen: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Het voldoen aan de aanwezigheidsplicht van 90%.</li> <li>• Portfolio met een voldoende beoordeling hebben afgesloten.</li> <li>• Mondeling examen met een voldoende beoordeling afgesloten.</li> <li>• Praktijk examen met voldoende beoordeling afgesloten</li> <li>• Het ontvangen van een positieve trainersverklaring.</li> <li>• Voldaan hebben aan de eisen voor het werken met proefcliënten.</li> <li>• Voldaan hebben aan de eisen voor de Vrije specialisatie/ bewijs van</li> <li>• Voldaan is aan de betalingsverplichting.</li> </ul>
Portfolio-eisen:	nvt
Investing:	€855,-
Extra kosten:	

*HorSense is CRKBO-geregistreerd, waardoor op deze opleiding geen btw van toepassing is.*

## 7. Aanbevolen literatuur

Begrijp je paard, begin bij jezelf:	Esther Huisman en Tessa van Daalen
Paardsignalen	: Menke Steenbergen en Jan Hulsen
Natuur werkt! + kaarten	: Judith Zadoks en Tini van de Wetering
Ik ken mijn ikken	: Karin Brugman, Judith Budde en Berry Collewijn
Natuur als coach	: Yoke de Wilde
Krachtgericht coachen	: Fred Korthagen en Ellen Nuijten
Coachen met paarden 6 <sup>e</sup> druk	: Ruud Knaapen
Kalmerende signalen van Paarden	: Rachaël Draaisma
Het groot coachboek	: Dikse en Talen
Handboek voor coaching	: Alex Engel