



2025 ICF Core Competenties

Gepubliceerd in september 2025

Actualisering van de ICF-kerncompetenties

Samenvatting

Het primaire doel van de wereldwijde analyse van coachingfuncties in 2025 was om inzicht te krijgen in de ontwikkeling van de coachingpraktijk sinds de vorige functieanalyse in 2019. Het doel was om nieuwe competenties te identificeren die nu essentieel zijn voor coaches, om te bepalen welke competenties niet langer relevant zijn en om bestaande competenties waar nodig te herzien. Het ICF Core Coaching Competency-model werd bijgewerkt aan de hand van rigoureuze, empirisch onderbouwde methoden om te beoordelen hoe de kennis, vaardigheden en andere kenmerken van coaching zijn veranderd.

De 14 maanden durende functieanalyse maakte gebruik van verschillende methoden, waaronder literatuuronderzoek, focusgroepen, analyses van taken en kennis, vaardigheden en andere kenmerken, enquêtes en een evaluatie van het bestaande competentiemodel. Deze aanpakken waren bedoeld om (a) veranderingen in het coachingberoep sinds de laatste update in 2019 in kaart te brengen en (b) te bepalen hoe die veranderingen als leidraad konden dienen voor updates van het competentiemodel van de ICF. Dit competentiemodel is gebaseerd op gegevens die zijn verzameld bij bijna 3.000 coaches over de hele wereld, waaronder zowel ICF-leden als niet-leden, die een breed scala aan coachingdisciplines, opleidingsachtergronden, coachingstijlen en ervaringsniveaus vertegenwoordigen.

Hoewel er geen nieuwe hoofdcompetenties zijn geïntroduceerd, zijn er vijf nieuwe subcompetenties toegevoegd en zijn er 11 bestaande subcompetenties herzien. Eén competentieomschrijving is bijgewerkt en er is een verklarende woordenlijst toegevoegd. De woordenlijst is te vinden in de bijlage.

2025 ICF-kerncompetentiemodel

A. Basis

1. Toont ethisch handelen

Definitie: Begrijpt en past de ethiek en normen van coaching consequent toe

- 1.01. Toont persoonlijke integriteit en eerlijkheid in interacties met cliënten, sponsors en relevante belanghebbenden
- 1.02. Is gevoelig voor de identiteit, omgeving, ervaringen, waarden en overtuigingen van cliënten
- 1.03. Gebruikt gepaste en respectvolle taal tegenover klanten, sponsors en relevante belanghebbenden
- 1.04. Houdt zich aan de ethische code van de ICF en handhaaft de kernwaarden van de ICF
- 1.05. Behandelt klantinformatie vertrouwelijk, in overeenstemming met overeenkomsten met belanghebbenden en relevante wetgeving
- 1.06. Maakt onderscheid tussen coaching, consulting, psychotherapie en andere ondersteunende beroepen
- 1.07. Verwijst cliënten indien nodig door naar andere ondersteunende beroepsbeoefenaars

2. Belichaamt een coachingmentaliteit

Definitie: Houdt zich bezig met voortdurende persoonlijke en professionele ontwikkeling als coach. Werkt indien nodig samen met coaching supervisors of mentorcoaches. Ontwikkelt en handhaaft een mentaliteit die open, nieuwsgierig, flexibel en klantgericht is.

- 2.01. Erkent dat cliënten verantwoordelijk zijn voor hun eigen keuzes
- 2.02. Zich voortdurend blijft ontwikkelen als coach, onder meer door op de hoogte te blijven van de huidige best practices op het gebied van coaching en het gebruik van technologie
- 2.03. Ontwikkelt een voortdurende reflectieve praktijk om de eigen coaching te verbeteren.
- 2.04. Blijft zich bewust van en openstaan voor de invloed van vooroordelen, context en cultuur op zichzelf en anderen
- 2.05. Gebruikt zelfbewustzijn en intuïtie ten voordele van cliënten
- 2.06. Ontwikkelt en onderhoudt het vermogen om de eigen emoties te beheersen
- 2.07. Zorgt voor emotioneel, fysiek en mentaal welzijn ter voorbereiding op, tijdens en na elke sessie.
- 2.08. Zoekt indien nodig hulp van externe bronnen
- 2.09. Koestert openheid en nieuwsgierigheid in zichzelf, de cliënt en het coachingproces.
- 2.10. Blijft zich bewust van de invloed van de eigen gedachten en gedragingen op de cliënt en anderen

B. Samen de relatie creëren

3. Sluit en handhaaft afspraken

Definitie: Werkt samen met de cliënt en relevante belanghebbenden om duidelijke afspraken te maken over de coachingrelatie, het proces, de plannen en de doelen. Zet overeenkomsten op voor de totale coachingopdracht en voor elke coachingsessie afzonderlijk.

3.01. Beschrijft de eigen coachingfilosofie en definieert duidelijk wat coaching wel en niet inhoudt voor potentiële klanten en belanghebbenden.

3.02. Bereikt overeenstemming over wat wel en niet gepast is in de relatie, wat wel en niet wordt aangeboden, en de verantwoordelijkheden van de klant en relevante belanghebbenden, inclusief de toezegging om te werken aan de coachingdoelen.

3.03. Sluit overeenkomsten over de richtlijnen en specifieke parameters van de coachingrelatie, zoals logistiek, vergoedingen, planning, duur, beëindiging, vertrouwelijkheid en betrokkenheid van anderen.

3.04. Werkt samen met de cliënt en relevante belanghebbenden om een algemeen coachingplan en -doelen op te stellen

3.05. Werkt samen met de cliënt om de compatibiliteit tussen cliënt en coach te bepalen.

3.06. Werkt samen met de cliënt om te identificeren of opnieuw te bevestigen wat zij in de sessie willen bereiken

3.07. Werkt samen met de cliënt om te bepalen wat de cliënt nodig acht om te bereiken wat hij of zij wil bereiken tijdens de sessie.

3.08. Werkt samen met de cliënt om maatstaven voor succes te definiëren of te herbevestigen voor wat de cliënt wil bereiken in het coachingstraject of de individuele sessie

3.09. Werkt samen met de cliënt om de tijd en focus van de sessie te beheren

3.10. Blijft coaching geven in de richting van het door de cliënt gewenste resultaat, tenzij de cliënt anders aangeeft

3.11. Werkt samen met de cliënt om de coachingrelatie op een respectvolle manier af te sluiten, zowel voor de cliënt als voor de coachingervaring.

3.12. Herziening van de coachingovereenkomst indien nodig om ervoor te zorgen dat de coachingaanpak voldoet aan de behoeften van de cliënt

4. Bouwt vertrouwen en veiligheid op

Definitie: Werkt samen met de cliënt om een veilige, ondersteunende omgeving te creëren waarin de cliënt zich vrij kan uiten. Onderhoudt een relatie van wederzijds respect en vertrouwen.

- 4.01. Streeft ernaar de cliënt te begrijpen binnen diens context, waaronder identiteit, omgeving, ervaringen, waarden en overtuigingen
- 4.02. Toont respect voor de identiteit, percepties, stijl en taal van de cliënt en past de coaching aan de cliënt aan.
- 4.03. Erkent en respecteert de unieke talenten, inzichten en werkzaamheden van de cliënt in het coachingproces
- 4.04. Toont steun, empathie en betrokkenheid bij de cliënt
- 4.05. Erkent en ondersteunt de uitingen van gevoelens, percepties, zorgen, overtuigingen en suggesties van de cliënt
- 4.06. Toont openheid en transparantie als een manier om kwetsbaarheid te tonen en vertrouwen op te bouwen bij de cliënt

5. Blijft betrokken

Definitie: Is volledig bewust en aanwezig bij de cliënt, met een open, flexibele, geaarde en zelfverzekerde houding

- 5.01. Blijft gefocust, opmerkzaam, empathisch en responsief ten opzichte van de cliënt
- 5.02. Toont nieuwsgierigheid tijdens het coachingproces
- 5.03. Blijft zich bewust van wat er op dit moment bij zichzelf en de cliënt naar voren komt
- 5.04. Beheerst eigen emoties om aanwezig te blijven bij de cliënt
- 5.05. Toont zelfvertrouwen in het omgaan met sterke emoties van cliënten tijdens het coachingproces
- 5.06. Voelt zich comfortabel in een situatie van onzekerheid
- 5.07. Creëert of biedt ruimte voor stilte, pauzes of reflectie

C. Effectief communiceren

6. Luistert actief

Definitie: Richt zich op wat de cliënt wel en niet zegt om volledig te begrijpen wat er wordt gecommuniceerd in de context van de systemen van de cliënt en om de cliënt te ondersteunen bij het uiten van zichzelf

6.01. Houdt rekening met de context, identiteit, omgeving, ervaringen, waarden en overtuigingen van de cliënt om een beter begrip te krijgen van wat de cliënt communiceert

6.02. Reflecteert of vat samen wat de cliënt communiceert om duidelijkheid en begrip te garanderen

6.03. Herken en vraag wanneer er meer is dan wat de cliënt communiceert

6.04. Neemt kennis van, erkent en onderzoekt de emoties, energieverschuivingen, non-verbale signalen of ander gedrag van de cliënt.

6.05. Integreert de woorden, toon en lichaamstaal van de cliënt om de volledige betekenis van wat de cliënt communiceert te bepalen

6.06. Merkt trends op in het gedrag en de emoties van de cliënt tijdens de sessies om thema's en patronen te onderscheiden

7. Verhoogt bewustzijn

Definitie: Bevordert het inzicht en het leerproces van de cliënt door gebruik te maken van hulpmiddelen en technieken zoals krachtige vragen, stilte, metaforen of analogieën

- 7.01. Houdt rekening met de ervaring van de cliënt bij het bepalen van wat het meest nuttig zou kunnen zijn
- 7.02. Daagt de cliënt uit om bewustzijn of inzicht te creëren
- 7.03. Stelt vragen over de cliënt, zoals manier van denken, waarden, behoeften, wensen en overtuigingen
- 7.04. Stelt vragen die de cliënt helpen verder te kijken dan een huidige denkwijze
- 7.05. Nodigt de cliënt uit om meer te delen over ervaringen op dit moment
- 7.06. Merkt op wat bijdraagt aan de vooruitgang van de cliënt
- 7.07. Past de coachingaanpak aan op basis van de behoeften van de cliënt
- 7.08. Helpt de cliënt factoren te identificeren die van invloed zijn op huidige en toekomstige patronen van gedrag, denken of emoties
- 7.09. Nodigt de cliënt uit om ideeën te genereren over hoe de cliënt verder kan gaan en wat de cliënt bereid of in staat is te doen
- 7.10. Ondersteunt de cliënt bij het herformuleren van perspectieven
- 7.11. Deelt observaties, kennis en gevoelens, zonder gehechtheid, die de cliënt nieuwe inzichten kunnen geven

D. Leren en groei bevorderen

8. Bevordert de groei van de cliënt

Definitie: Werkt samen met de cliënt om leren en inzichten om te zetten in actie. Bevordert de autonomie van de cliënt in het coachingproces.

8.01. Werkt samen met de klant om nieuwe inzichten, kennis of leerervaringen te integreren in hun wereldbeeld en gedrag.

8.02. Werkt samen met de cliënt om doelen, acties en verantwoordingsmaatregelen te ontwerpen die nieuwe kennis integreren en uitbreiden

8.03. Erkent en ondersteunt de autonomie van de cliënt bij het ontwerpen van doelen, acties en verantwoordingsmethoden

8.04. Ondersteunt de cliënt bij het identificeren van potentiële resultaten of lessen uit geïdentificeerde actiestappen

8.05. Nodigt de cliënt uit om na te denken over hoe verder te gaan, inclusief middelen, ondersteuning en mogelijke belemmeringen

8.06. Werkt samen met de cliënt om lessen en inzichten binnen of tussen sessies samen te vatten

8.07. Werkt samen met de cliënt om het leerproces te integreren en de voortgang gedurende het hele coachingstraject te ondersteunen.

8.08. Erkent de vooruitgang en successen van de cliënt

8.09. Werkt samen met de cliënt om de sessie af te sluiten

Bijlage: ICF-kerncompetenties Verklarende woordenlijst

Aanwezigheid: Het vermogen van de coach om tijdens sessies volledig aandachtig en betrokken te zijn bij de cliënt.

Analogie: Een vergelijking tussen twee zaken die de overeenkomsten tussen beide benadrukt, vaak om een concept, proces of situatie uit te leggen of te verduidelijken.

Autonomie: het vermogen van de cliënt om onafhankelijke beslissingen te nemen en acties te ondernemen op basis van zijn eigen waarden en overtuigingen.

Belanghebbende: Een persoon, meestal binnen een organisatie, die belang heeft bij de voortgang van een cliënt door middel van coaching.

Cliënt: De persoon, het team of het groepslid dat wordt gecoacht, de coach die wordt gecoacht, begeleid of gesuperviseerd, of de coach in opleiding.

Cliëntsystemen: Het netwerk van relaties en omgevingen die het leven en de beslissingen van de cliënt beïnvloeden.

Coachsupervisor (coaching supervisor): Een ervaren coach die een reflectieve dialoog en een samenwerkingsproces aangaat met een coach (of groep coaches) voor persoonlijke, professionele en ethische ontwikkeling en leren.

Coachingaanpak: De specifieke methoden en technieken die een coach gebruikt om de groei en ontwikkeling van de cliënt te bevorderen.

Coachingopdracht: De gestructureerde interactie tussen een ICF-professional en de cliënt(en)/sponsor(s). Deze opdracht omvat het gehele coachingproces, inclusief de eerste beoordeling, het stellen van doelen, regelmatige coachingsessies, het bijhouden van de voortgang en de evaluatie van de resultaten.

Coachingfilosofie: De onderliggende theorie, overtuigingen en principes die als leidraad dienen voor de praktijk en interacties van een coach met cliënten.

Coachingrelatie: Een relatie die wordt aangegaan door de ICF-professional en de cliënt(en)/sponsor(s) op basis van een overeenkomst of contract waarin de verantwoordelijkheden en verwachtingen van elke partij worden vastgelegd.

Context: De unieke combinatie van omstandigheden, ervaringen, cultuur, identiteit, omgeving en wereldbeeld die bepalend zijn voor hoe een persoon zichzelf, anderen en de wereld begrijpt.

Cultuur: De gedeelde waarden, overtuigingen, taal, communicatie, normen en praktijken van een groep die hen helpen te definiëren als een collectief en die gedrag en besluitvorming beïnvloeden.

Empathie: Het vermogen om de gevoelens van een ander te begrijpen en te delen.

Emoties beheersen: Het vermogen om de eigen emotionele reacties op een gezonde en bewuste manier te herkennen, te begrijpen en te sturen.

Energieverschuivingen: Veranderingen in het emotionele of fysieke energieniveau van een cliënt, die van invloed kunnen zijn op hun betrokkenheid en voortgang in de coaching.

Ervaringen: De gebeurtenissen en interacties die de percepties, overtuigingen en gedragingen van een cliënt vormen.

Gegronde: stabiel en gecentreerd zijn, vaak verwijzend naar het vermogen van een coach om tijdens sessies kalm en gefocust te blijven.

Hulpverlenende beroepen: vakgebieden zoals counseling, therapie en maatschappelijk werk die hulp en ondersteuning bieden aan individuen, soms overlappend met coachingpraktijken.

Identiteit: Het zelfbeeld van de cliënt, inclusief zijn waarden, overtuigingen, culturele achtergrond, rollen, levenservaringen, persoonlijkheid en de manier waarop hij zichzelf in de wereld ziet en definieert.

Inzichten: Nieuwe inzichten of realisaties die tijdens het coachingproces naar voren komen en leiden tot persoonlijke groei.

Kennis: Informatie of vaardigheden die zijn verkregen door studie, observatie, praktijkervaring of directe ervaring.

Krachtige vragen: Het gebruik van tot nadenken stemmende vragen om dieper denken en reflectie bij cliënten te stimuleren.

Lichaamstaal: Non-verbale communicatie door middel van gebaren, gezichtsuitdrukkingen en houding, die inzicht kan geven in de gevoelens en houding van een cliënt.

Maatstaf voor succes: criteria die worden gebruikt om de effectiviteit en resultaten van het coachingproces te evalueren.

Mentorcoach: Een ervaren coach die een collaboratief leerproces (mentorcoaching) aanbiedt, waarbij feedback wordt gegeven aan een andere coach op basis van geobserveerde of opgenomen coachingsessies, om hun unieke coachingsstijl en vaardigheden verder te ontwikkelen in overeenstemming met de ICF-kerncompetenties.

Metaforen: Een stijlfiguur waarbij het ene wordt beschreven als het andere, waardoor een impliciete vergelijking ontstaat. Bij coaching worden metaforen gebruikt om cliënten te helpen hun ervaringen, gevoelens of situaties te begrijpen door ze te relateren aan meer vertrouwde of levendige concepten.

Observaties: Het opmerken en interpreteren van gedragingen en patronen in de handelingen en interacties van een cliënt.

Omgeving: De fysieke en sociale omgeving die van invloed is op de ervaringen en beslissingen van een cliënt.

Overeenkomst: een formeel document dat wordt opgesteld tussen een ICF-professional en de cliënt(en)/sponsor(s) en waarin de voorwaarden, verwachtingen en bepalingen van hun coachingrelatie worden uiteengezet. Het bevat doorgaans details zoals de doelstellingen van de coaching, de duur en frequentie van de sessies, het vertrouwelijkheidsbeleid, de betalingsvoorwaarden, het annuleringsbeleid en de verantwoordelijkheden van zowel de coach als de cliënt.

Overtuigingen: persoonlijke overtuigingen, aannames en interpretaties die bepalend zijn voor hoe een cliënt zichzelf, anderen en de wereld ziet.

Partners (met)/Samenwerken: Coach en cliënt werken samen aan een gemeenschappelijk, cliëntgericht doel dat de autonomie van de cliënt in het coachingproces ondersteunt, aanmoedigt en respecteert.

Percepties: De manier waarop cliënten hun ervaringen en omgeving interpreteren en begrijpen.

Reflectieve praktijk: Het proces van zelfonderzoek en leren van eigen ervaringen om coachingvaardigheden en effectiviteit te verbeteren.

Perspectief veranderen: De cliënt ondersteunen om een situatie, overtuiging of ervaring op een nieuwe manier te bekijken, zodat hij nieuwe betekenis, inzichten of mogelijkheden kan ontdekken.

Sessie: Een periode waarin een coach en cliënt een coachinggesprek voeren.

Sponsor: De entiteit (inclusief haar vertegenwoordigers) of persoon die betaalt voor en/of regelt of definieert welke coachingdiensten worden geleverd. Dit omvat ook personen die ouderlijke verantwoordelijkheid dragen voor minderjarigen.

Sterke emotie van de cliënt: intense emotionele reacties of ervaringen die door de cliënt worden geuit tijdens een coachingssessie.

Stijl: De unieke manier waarop een coach met cliënten omgaat en sessies leidt.

Succes: Het bereiken van doelen en positieve resultaten door middel van het coachingproces.

Technologie: Hulpmiddelen, platforms en systemen die door coaches worden gebruikt om het coachingproces te verbeteren. Dit kan onder meer bestaan uit digitale coachingplatforms, apps voor zelfcoaching, videoconferencingtools en AI-systemen die het bijhouden van doelen, communicatie en voortgangsbewaking vergemakkelijken.

Uitdagingen: Tot nadenken stemmende interventies van de coach om de gewoontepatronen, aannames of verhalen van de cliënt te doorbreken.

Vertrouwelijkheid: De bescherming van alle informatie die is verkregen in of rond de

coachingrelatie, tenzij er een wettelijke reden of vereiste is, er sprake is van een dreiging van schade of de cliënt schriftelijk toestemming heeft gegeven voor openbaarmaking.

Verantwoordelijkheid: De verantwoordelijkheid om afspraken en acties die tijdens het coachingstraject zijn overeengekomen, na te komen.

Voringenomenheid: Een verschil in perceptie, interpretatie of oordeel — gevormd door geïnternaliseerde overtuigingen, waarden, voorkeuren en culturele aannames — dat kan leiden tot een voorkeur voor of afkeer van een idee, object, groep of individu.

Vooruitgang: De vooruitgang of verbetering in de doelstellingen en ontwikkeling van een cliënt door middel van het coachingproces.

Waarde of waarden: de principes en normen die het gedrag en de besluitvorming van een persoon sturen.

Welzijn: De emotionele en psychologische toestand van een persoon met betrekking tot zijn algehele gezondheid en geluk, waaronder veerkracht, positieve emoties en effectief omgaan met uitdagingen in het leven.

Wereldbeeld: het algemene perspectief van waaruit een persoon de wereld ziet en interpreteert, en dat zijn overtuigingen, waarden en handelingen beïnvloedt.

Zonder gehechtheid: De praktijk om deel te nemen aan het coachingproces zonder al te veel te hechten aan specifieke resultaten, waardoor flexibiliteit en openheid mogelijk zijn.

DE WERELD VERSTERKEN DOOR

COACHING.

