



SCHOOL voor
EIGEN WIJSHEID



DE KWALITEIT VAN **COACHING** NAAR EEN HOGER NIVEAU.

ESSAY · DE KWALITEIT VAN COACHING

*De kwaliteit van het vakgebied coaching naar een
hoger niveau brengen.
Daar zit een van mijn drijfveren.*

Waar mijn drijfveer begon

Coaches zijn al jarenlang een belangrijk onderdeel van mijn klantgroep. De kwaliteit van het vakgebied coaching naar een hoger niveau brengen is namelijk een van mijn drijfveren.

Zelf werk ik sinds 2016 als zelfstandig coach. Daarvoor heb ik achttien jaar bij de Rabobank gewerkt, waar ik binnen verschillende functies en werkgroepen eigenlijk altijd al op natuurlijke wijze een coachende rol op me nam.

Met daarbij voortdurend de focus op de kwaliteit van onze dienstverlening.

Niet vanuit de pet van Control of Risicomanagement. Niet als politieagent die kwam controleren wat er allemaal verkeerd ging.

Juist vanuit commercieel oogpunt.

Hoe kunnen we het klantbelang zo goed mogelijk dienen? En wat vraagt dat van ons als medewerker en als organisatie?

Ook daar ging het al over gezond eigenaarschap, leiderschap, regie voeren, inventariseren en adviseren.

Want ook in de rol van adviseur was je als het goed is geen gladde verkoper. Je was in zekere zin een coach.

Door de juiste vragen te stellen en oprecht geïnteresseerd te zijn in de situatie, wensen en behoeften van de klant, hielp je iemand om belangrijke financiële beslissingen te nemen.

Klant is koning.

Een begrip dat volgens mij meestal verkeerd wordt geïnterpreteerd. Alsof klantgerichtheid betekent dat je de klant altijd zijn zin moet geven.

‘Klantgericht is niet hetzelfde als klant gezwicht.’

De klant centraal stellen betekent niet dat je hem klakkeloos geeft waar hij om vraagt. Het betekent dat je hem helpt bij wat hij werkelijk nodig heeft.

En soms hoort daar dus ook een nee bij.

Vanuit een gezonde autoriteit wist je als bankmedewerker in de regel meer over de dienstverlening, de financiële producten en de economie dan je klant. Althans, dat mocht je wel hopen.

Dat zegt helemaal niets over de waarde van de klant als mens.

Maar er is gewoonweg een gezond verschil in kennis, kunde en expertise.

Dat verschil hoeft je niet weg te poetsen om gelijkwaardig met elkaar om te kunnen gaan.

En zo werkt het ook binnen de wereld van persoonlijke ontwikkeling.

Coaching is een containerbegrip

Een coach, trainer, therapeut of facilitator heeft in de regel een behoorlijke weg afgelegd om te komen waar hij nu staat. Door opleidingen, innerlijk werk, levenservaring en het ontwikkelen van kennis en wijsheid binnen zijn gedeelte van het vak.

Tenminste...

Dat zou je mogen verwachten.

Want coaching is ook echt een containerbegrip. Het is een vrij beroep en iedereen kan zichzelf vanmiddag nog coach noemen.

Misschien zit daar ook wel een beetje mijn eigen pijn.

Soms voelt het alsof de coaches die hun vak serieus nemen de shit mogen opruimen die minder capabele coaches binnen het vakgebied hebben achtergelaten.

Mensen die het vertrouwen in coaching zijn kwijtgeraakt. Die zich afhankelijk hebben gevoeld. Die vooral veel geld hebben betaald voor grote beloften. Die zich niet gezien of serieus genomen voelden. Of die begeleiding hebben ontvangen van iemand die zijn eigen stukken onvoldoende had aangekeken.

Het wantrouwen dat daardoor binnen de samenleving is ontstaan, heeft zijn weerslag op alle goede coaches die er óók rondlopen.

Zij kunnen het gevoel krijgen dat ze al met 1-0 achterstaan.

De neiging kan dan ontstaan om harder te gaan werken. Meer te bewijzen. Nog een opleiding te volgen. Meer gratis weg te geven. Zichzelf eindeloos uit te leggen of in allerlei bochten te wringen om vooral maar betrouwbaar over te komen.

Compenseren dus.

En dat gaat uiteindelijk juist ten koste van de kwaliteit.

Want je bent dan niet meer volledig aanwezig bij degene die tegenover je zit. Een deel van jou is bezig te bewijzen dat jij wél deugt.

Je mag gewoonweg uitgaan van je eigen kracht en daar volledig op vertrouwen.

En wanneer er onzekerheid of twijfel opspeelt? Ga ermee aan het werk. Zelfstandig of door zelf begeleiding te vragen.

Hoe herken je een kwalitatief goede coach?

Want ja, ook als coach kun je tegen datzelfde wantrouwen aanlopen.

Hoe herken je eigenlijk een kwalitatief goede coach?

Dat is meestal niet te toetsen aan de dingen waaraan we normaal gesproken kwaliteit proberen af te meten.

- Een mooie en duidelijke website zegt op zichzelf weinig over de kwaliteit van de coach.
- Een lelijke en onduidelijke website trouwens ook.
- Een indrukwekkend cv vol opleidingen en ervaring biedt geen garantie.
- Een summier cv betekent niet automatisch dat iemand zijn vak niet verstaat.
- Een pagina vol vijfsterrenreviews vertelt nooit het hele verhaal.
- Het ontbreken van reviews evenmin.
- Zichtbaar zijn op sociale media zegt weinig over wat er in de spreekkamer gebeurt.
- Afwezig zijn op sociale media ook niet.

Je begrijpt vast mijn punt.

Al die dingen kunnen iets vertellen over iemands professionaliteit, positionering of zichtbaarheid. Maar ze laten je nog niet ervaren wat er gebeurt wanneer je daadwerkelijk tegenover diegene zit.

Kan iemand werkelijk aanwezig zijn?

Luistert hij naar wat je zegt én naar wat je niet zegt?

Durft hij een vraag te stellen die ergens over gaat?

Kan hij bij je blijven wanneer het ongemakkelijk wordt?

Heeft hij jouw ja nodig of kan hij je ook eerlijk vertellen dat hij niet de juiste persoon voor je is?

Weet hij waar zijn kennis ophoudt?

En is hij zelf nog steeds bereid om te leren, te ontvangen en begeleid te worden?

Zelf hecht ik daarom de meeste waarde aan een persoonlijk gesprek.

Uiteraard vaak voorafgegaan door het feit dat ik me intuïtief naar iemand toe laat leiden.

Kwaliteit laat zich niet volledig vastleggen in keurmerken, functietitels en certificaten. Maar het is ook niet iets vaags of mystieks.

Je ziet het terug in hoe iemand omgaat met verantwoordelijkheid, macht, grenzen, afspraken en fouten.

Je voelt het in de ontmoeting.

En uiteindelijk ontdek je het pas echt in de samenwerking.

Therapie, coaching en mentoring

Zelf pas ik binnen mijn begeleiding therapie, coaching en mentoring toe.

En ik probeer daarin zo holistisch mogelijk te werken. Met aandacht voor de fysieke, emotionele, mentale en spirituele laag.

Uiteraard vanuit de kern. De Essentie. d'Oorsprong.

Wat me binnen het vakgebied opvalt, is dat er ontzettend veel goede coaches rondlopen, maar dat er tegelijkertijd vaak een aspect ontbreekt.

Of dat er verwarring bestaat over de laag waarop daadwerkelijk wordt gewerkt.

Therapie, coaching en mentoring worden vaak als afzonderlijke vakgebieden benaderd.

Therapie richt zich voornamelijk op wat geheeld, verwerkt of vrijgemaakt wil worden. Op pijn, trauma, blokkades en beschermingsmechanismen die ooit een functie hebben gehad, maar die het leven in het heden nog steeds beïnvloeden.

Coaching gaat meer over beweging. Over eigenaarschap, keuzes maken, doelen stellen, nieuw gedrag ontwikkelen en daadwerkelijk gaan leven wat je zegt te willen.

Bij mentoring breng je als begeleider ook nadrukkelijk je eigen kennis, ervaring, wijsheid en waarneming in.

Je stelt dus niet alleen vragen vanuit het idee dat alle antwoorden al kant-en-klaar in de cliënt aanwezig zijn.

Soms weet jij gewoonweg iets wat de ander nog niet weet.

Soms zie je iets wat hij zelf nog niet kan zien.

En soms heeft iemand er veel meer aan wanneer je hem vertelt wat jij vanuit jouw ervaring waarneemt, dan wanneer je voor de twaalfde keer vraagt wat hij er zelf van vindt.

Geen drie keurige fases

Voor mij zijn therapie, coaching en mentoring geen drie keurige fases die je na elkaar doorloopt.

Ze lopen voortdurend door elkaar heen.

Juist wanneer iemand stappen gaat zetten richting een volgend niveau, kunnen oude pijn en beschermingsmechanismen zichtbaar worden.

Juist wanneer iemand een groot besluit neemt, kan zijn zenuwstelsel op de rem gaan staan.

Juist wanneer iemand eindelijk ruimte inneemt, kan hij worden geconfronteerd met oude angst, schaamte of loyaliteit.

Je hoeft dus niet eerst volledig geheeld te zijn voordat je kunt gaan bewegen.

De beweging zelf legt vaak bloot wat er nog aangekeken wil worden.

En terwijl je dat aankijkt, hoeft het leven niet stil te komen staan.

Op welke laag werk je werkelijk?

Toch zie ik veel coaches die vooral op de mentale laag werken.

Ze richten zich op het herprogrammeren van het denken. Op overtuigingen, strategie, praktische toepassing, groei, opschalen en doorontwikkelen.

Dat kan heel waardevol zijn.

Maar wanneer de emotionele en fysieke lagen niet worden meegenomen, kunnen onderbewuste patronen en blokkades het ontwikkelproces ondertussen blijven domineren.

Dan ontstaat er bijvoorbeeld een situatie waarin iemand precies begrijpt wat hij zou moeten doen, maar het toch niet doet.

Of hij begint te rammen.

Harder werken. Meer discipline. Nog een strategie. Nog een planning. Nog een schop onder zijn reet.

Terwijl er vanbinnen voortdurend iets op de rem staat.

Die innerlijke remming kan ook de andere kant op bewegen.

Passiviteit. Weerstand. Uitstel. Geen besluiten nemen. Niet zichtbaar worden. Niet afmaken wat je bent begonnen.

Met allerlei volstrekt plausibele verklaringen waarom het nu nog niet is gelukt.

Iemand kan zijn patroon dan cognitief volledig begrijpen zonder dat er op een diepere laag ook maar iets wezenlijks is veranderd.

Er zijn nieuwe woorden gekomen voor hetzelfde oude mechanisme.

Inzicht wordt dan aangezien voor integratie.

Voelen vanuit emotie is iets anders dan voelen vanuit de ziel

Je hebt ook coaches die veel meer op de gevoelslagen werken.

Daarbinnen zie ik dat emotioneel en spiritueel nogal eens door elkaar worden gehaald.

Iemand noemt zichzelf bijvoorbeeld spiritueel coach, terwijl de begeleiding zich voornamelijk afspeelt op de emotionele laag.

Dat maakt het werk niet minder waardevol.

Maar emoties voelen is niet automatisch hetzelfde als waarnemen vanuit de ziel.

Voelen vanuit onderliggende pijn, trauma, angst of verlangen is iets anders dan de vrije, fijngevoelige waarneming die op een diepere laag kan plaatsvinden.

Trauma kan heel overtuigend spreken.

Angst kan zich voordoen als intuïtie.

Een sterke behoefte kan worden geïnterpreteerd als een roeping.

Een verkramping in het lichaam kan meteen worden uitgelegd als een grens die absoluut bewaakt moet worden.

Terwijl zo'n signaal ook kan wijzen op een oud beschermingsmechanisme dat juist zichtbaar wordt omdat iemand op het punt staat iets nieuws te doen.

Dat vraagt onderscheidingsvermogen.

Niet ieder gevoel spreekt de waarheid over de huidige situatie. Een gevoel is echt, maar de betekenis die eraan wordt gegeven hoeft niet automatisch te kloppen.

Intuïtie wordt anders vooral een communicatieproces tussen het denken, de emoties en het fysieke lichaam, waarna de interpretatie al snel gekleurd raakt door wat iemand hoopt, vreest of probeert te vermijden.

Daar zitten risico's aan.

Zeker wanneer de coach zijn eigen gevoelens en interpretaties ook nog gaat vermengen met die van de cliënt.

Wat holistisch werken werkelijk vraagt

Dan kom ik vanzelf uit bij holistische coaching.

Het principe om alle lagen mee te nemen in coaching en begeleiding vind ik prachtig.

En essentieel.

Mits het ook werkelijk holistisch wordt aangepakt.

Want waar iets holistisch wordt genoemd, wordt lang niet altijd het hele spectrum waargenomen.

Iedere coach kijkt vanuit zijn eigen ontwikkeling, ervaring, bewustzijn en bereik. Daardoor kan iemand oprecht menen het geheel te zien, terwijl hij in werkelijkheid slechts een gedeelte van het spectrum waarneemt.

Daar ontkomt niemand helemaal aan.

Ik ook niet.

Holistisch werken betekent voor mij daarom niet dat je alles moet kunnen of overal verstand van moet hebben.

Het vraagt dat je de mens niet reduceert tot het deel waarvoor jij toevallig een methode hebt geleerd.

Dat je beseft welke laag je raakt.

Dat je ook de samenhang met andere lagen blijft zien.

En dat je weet wanneer iets buiten jouw kennis, ervaring of deskundigheid valt.

Een coach die voornamelijk mentaal werkt en zich daar volledig van bewust is, kan wat mij betreft soms holistischer handelen dan iemand die zichzelf holistisch coach noemt en vervolgens alles vanuit één energetische of emotionele verklaring benadert.

Ook de verschillende lagen zelf lopen voortdurend door elkaar.

Neem personal training.

Op het eerste gezicht werk je daar vooral op de fysieke laag. Maar in werkelijkheid is er vaak net zo goed sprake van mentale begeleiding. Iemand leren doorzetten. Een andere relatie ontwikkelen met discipline. Omgaan met weerstand. Zelfbeeld veranderen.

Lichaamswerk kan vervolgens opgeslagen emoties aanraken.

Ademwerk kan fysieke, emotionele en spirituele ervaringen openen.

Een zakelijk vraagstuk kan rechtstreeks verbonden zijn met eigenwaarde, bestaansrecht, zenuwstelsel en oude familieloyaliteiten.

De mens laat zich niet netjes opdelen.

In één sessie kan ik iemand mentoren op zijn onderneming, coachen op een besluit, therapeutisch werken met de angst die daarbij zichtbaar wordt en hem via zijn lichaam weer in contact brengen met wat hij op een diepere laag al weet.

Dat is geen stappenplan.

Het is voortdurend waarnemen.

Wat gebeurt hier werkelijk?

Op welke laag speelt dit?

Welke vorm van begeleiding wordt nu gevraagd?

En ben ik ook werkelijk degene die dat kan bieden?

Daar zit voor mij een belangrijk deel van de kwaliteit van ons vak.

Niet in het lukraak toepassen van een methode.

Wel in het vermogen om te herkennen wat er voor je neus gebeurt en daar zuiver op te antwoorden.

De kwaliteit van het vakgebied gaat niet omhoog doordat we allemaal harder roepen hoe goed we zijn.

Ze gaat omhoog wanneer begeleiders hun vak serieus nemen. Wanneer ze hun eigen stukken blijven aankijken. Wanneer ze durven staan voor hun kennis en ervaring, zonder zichzelf boven hun cliënt te plaatsen.

Wanneer ze hun gezonde autoriteit innemen en tegelijkertijd bereid blijven om zichzelf te laten spiegelen.

Want wie andere mensen begeleidt, hoeft niet perfect te zijn.

Maar hij moet wel bereid zijn zichzelf te blijven ontmoeten.

Daar begint voor mij de kwaliteit van coaching.

MASTERMIND & INTERVISIE VOOR COACHES

Een frisse wind door je begeleiderschap

Herken. Ontdek. Verdiep. Verfris. Geef ruimte.

Eens per maand organiseer ik in Schoorl de Mastermind & Intervisie voor coaches.

Een eendaagse workshop voor maximaal zes deelnemers, waarin we werken met casuïstiek, elkaar spiegelen en van elkaar leren.

De ochtend zijn we binnen. De middag trekken we de natuur in. Lunch is inbegrepen.

Meer informatie? Stuur me een DM of bekijk de agenda op de website van de School voor Eigen Wijsheid.

SCHOOLVOOREIGENWIJSHEID.COM

SANDER DE ZWART

School voor Eigen Wijsheid