

Workshop Coaching

Door Kees Zeelenberg, Jeugdwerkadviser HGJB

Waarom Coaching?

Op een avond in een gemeente, waarbij alle leidinggevenden in het jeugdwerk bij elkaar waren, werd de vraag gesteld wat deze leidinggevenden precies van elkaar en van de jeugdraad verwachten. Bij het inventariseren kwamen steeds de volgende antwoorden boven: dat ik begeleid wordt; dat ik helder krijg of ik het goed doe; dat iemand mij een keer reflectie geeft; dat iemand mij duidelijk maakt of ik nog wel op mijn plek zit...

Aan het einde van het inventarisatierondje draaide iemand zich om naar de jeugdouderling (die nog twee maanden moest en de afgelopen jaren de benen uit het lijf had gelopen). Hij zei: zeg Jan wat doe jij eigenlijk als Jeugdouderling?

Situatie nu vaak:

- Ieder voor zich en op z'n eigen energievoorraad
- Veel vrijwilligers hebben onvoldoende zicht op de inhoud van het werk, moeten er zelf achter komen
- Mensen haken plots gefrustreerd af
- We hebben nauwelijks zicht op gaven en capaciteiten van mensen
- Sommige mensen blijven veel te lang zitten
- Hollen achter vacatures aan en in toenemende mate moeite met het krijgen van vrijwilligers
- Trekken aan en duwen tegen vrijwilligers zodat ze de kant op gaan waarheen jij wilt

Wat is coaching?

Mijn schoonpa, mijn coach

"Ik heb een zeer verantwoordelijke functie. Ik geef leiding aan een grote hoeveelheid mensen. Naast de strategie bepaling van het geheel (tenslotte willen we met elkaar komen bij het doel wat ons is gesteld) ben ik ook verantwoordelijk voor de sociale en juridische gang van zaken van het totaal. Ik was dag en nacht bezig en ging bijna aan de hoeveelheid taken ten onder. Tijd voor mijn vrouw en twee kinderen had ik niet meer. We leefden gescheiden... Totdat mijn schoonvader op een goede dag langs kwam. Hij nam trouwens mijn vrouw en kinderen maar bij voorbaat mee. Sinds die dag doe ik het anders. Gezegend ben ik met zo'n schoonvader!"

n.a.v. Exodus 18:1-27

- Het toetsen van jezelf en je eigen mogelijkheden aan een ander
- Mensen eigen kracht en talent laten ontdekken
- Het beste uit de mensen halen in het licht van (in dit geval) het jeugdwerk

Hoe doe je coaching? Met voorbeelden uit Exodus 18:1-27

Relatie aangaan

Jethro zoekt Mozes op waar ie is, relaties worden weer versterkt (18:1-6)

Vertrouwen scheppen, uitspreken gevoelens/ zegeningen

Ze bevragen elkaar hoe het er mee gaat. Nemen de tijd voor ontmoeting en gesprek. (18:7) Mozes vertelt uitgebreid wat er allemaal is gebeurd en wat God gedaan heeft (18:8)

Vieren

Jethro is met Mozes blij om wat God heeft gedaan in het leven van Mozes en in het totaal. Ze prijzen God en nemen tijd voor dankzegging (18:9-12)

Inleven

Jethro kijkt zorgvuldig op welke manier Mozes werkt, verdiept zich in het werk wat hij te doen heeft (18:13)

Vragen stellen/Doorvragen

Jethro stelt een heel gerichte, directe vraag "Waarom doe jij het op zo'n manier?" (18:14)

Grappig om te zien dat Mozes zich verdedigd met te zeggen hoe belangrijk het werk is wat hij doet (onmisbaar?)

Focussen

Jethro legt de vinger bij de zere plek en durf ook te zeggen waar het op staat (18:17-18)

Reflekteren/ samenvatten

Jethro legt uit wat er aan de hand is (18:19)

Bevestigen

Jethro bevestigt Mozes in de belangrijkheid van het werk wat hij doet! Bepaalt hem tegelijk bij de kerntaak (18:19-20)
(Het is goed wat je doet, alleen hoe je het doet kan anders)

Formuleren van concrete actie

Jethro reikt een mogelijke oplossing aan (18:21-23)

Keuze maken

Mozes luistert en doet (dit is niet vanzelfsprekend, hij had ook kunnen zeggen: ook dat nog, zoiets organiseren kan ik er niet bij hebben). Hij investeert in de oplossing (18:24-26)

Loslaten

Jethro en Mozes laten elkaar ook weer los. Coachen is ook op tijd weer loslaten. Het initiatief en verantwoordelijkheid bij de ander laten (18:27)

COACHING, een eerste vingeroefening

Twee keer een Coachingsgesprek (we nemen hiervoor 2x 10 minuten)
coach en gecoachte zitten voor in de zaal

Je kunt als coach bovenstaande stappen van "Hoe doe je Coaching?" als voorbeeld en leidraad gebruiken.

De coach gaat het gesprek aan met degene die wordt gecoacht.

Hierbij richt het gesprek zich op de taak die de gecoachte als vrijwilliger heeft.

De overige deelnemers observeren.

Elementen van het gesprek staan op observatieformulier.

COACHING, een eerste vingeroefening I

rapportage observator

Relatie aangaan / vertrouwen scheppen

Is er sprake van openheid in de loop van het gesprek?

Uitspreken gevoelens/ zegeningen/ Vieren

Staat de gecoachte met zijn/haar verhaal steeds centraal?

Op welke manier zit er in het gesprek iets van vieren?

Inleven

Kan de coach zich voldoende verplaatsen in de ander?

Vragen stellen/ doorvragen

Weet de Coach open en verder reikende vragen te stellen?

Focussen

kun je zeggen dat de coach in het gesprek laat toespitsen en belangrijk en minder belangrijk onderscheid?

Reflecteren/ samenvatten

Doet de coach dit voldoende en hoe doet hij/zij het?

Hoe beoordeel je de coach in het algemeen?

Welke tip zou je willen geven?

COACHING, een eerste vingeroefening II

rapportage observator

Relatie aangaan / vertrouwen scheppen

Is er sprake van openheid in de loop van het gesprek?

Uitspreken gevoelens/ zegeningen/ Vieren

Staat de gecoachte met zijn/haar verhaal steeds centraal?

Op welke manier zit er in het gesprek iets van vieren?

Inleven

Kan de coach zich voldoende verplaatsen in de ander?

Vragen stellen/ doorvragen

Weet de Coach open en verder reikende vragen te stellen?

Focussen

kun je zeggen dat de coach in het gesprek laat toespitsen en belangrijk en minder belangrijk onderscheid?

Reflecteren/ samenvatten

Doet de coach dit voldoende en hoe doet hij/zij het?

Hoe beoordeel je de coach in het algemeen?

Welke tip zou je willen geven?