

Dit is coachen; Basisboek voor resultaatgericht coachen

Schrijver	Karsten van Slooten
Uitgever	Boom
Verschenen	2024
Pagina's	224
ISBN	9789024443673
ISBN e-book	9789024458851

‘Beste lezer, heb jij de weg naar binnen al gevonden?’

Veel mensen leven zonder ooit naar binnen te kijken en de weg naar hun innerlijk te bewandelen. Dat is niet zo gek. De weg naar binnen vinden vereist stilte. Maar er is zo weinig stilte. De weg naar binnen vraagt je om te kijken naar mooie, maar ook naar pijnlijke plekken. Vaak zijn we geneigd die plekken op allerlei manieren toe te dekken. Als coach vermeerder je jouw waarde voor degene wie tegenover je zit enorm als je zelf de weg naar binnen hebt bewandeld (van Slooten, 2024).’



In het boek bewandeld Karsten van Slooten twee paden; het verrijken van de kennis en vaardigheden van de lezer en het uitnodigen van de lezer om de weg naar binnen te bewandelen. Van Slooten lijkt vooral waarde te hechten aan dit laatste: een pad dat slechts voor weinig mensen is weggelegd. Ondanks dat van Slooten regelmatig terugkomt op het thema van ‘het vinden van de weg naar binnen’, voelt dit niet opdringerig. De schrijver blijft je aanmoedigen om naar jezelf te kijken, maar als je daar niet voor openstaat, is dat ook prima. Blijf vooral lezen op de manier die jij het prettigst vindt.

Opbouw van het boek

Van Slooten heeft het boek opgedeeld in 3 delen, waarbij elk deel meerdere hoofdstukken bevat:

- Deel 1: De essentie van coachen en leren
- Deel 2: De oorsprong van patronen
- Deel 3: De weg naar duurzame gedragsverandering

Elk hoofdstuk kent een soortgelijke opbouw: theorie, methoden en technieken/ methodische toepassing, reflectie en vragen voor jou en voor jou als professional.

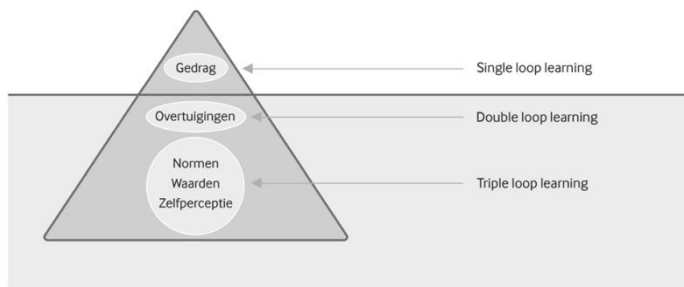
Door in het hele boek gebruik te maken van terugkerende casussen, slaagt de schrijver erin om de beschreven methoden en theorieën echt tot leven te brengen.

Hoewel deze casussen zich afspelen in een organisatorische context en niet direct gerelateerd zijn aan leefstijl, kun je je wel gemakkelijk voorstellen dat je vergelijkbare voorbeelden tegen zult komen in de praktijk.

Leren

Naast de unieke rol en functie van de coach, benadrukt het boek ook het belang van 'leren'. Voor van Slooten gaan coachen en leren hand in hand:

'Leren is een gefaseerd proces dat niet alleen gaat over gedrag, maar ook over de manier we denken, onze mentale modellen. Veranderingen in het gedrag leveren namelijk nieuwe ervaringen op, waardoor de persoon in kwestie anders gaat kijken naar zijn eigen kunnen, wat weer effect heeft op zijn zelfperceptie. En als iemands zelfperceptie verandert, verandert de kijk op de werkelijkheid om hem heen vanzelf mee (van Slooten, 2024).'



Figuur 2.1 Single, double en triple loop learning

'Leren' wordt onderverdeeld in verschillende niveaus, waarbij van Slooten spreekt over single, double en triple loop learning. Dit concept, dat wordt uitgelegd met behulp van een ijsberg, was zeer verhelderend. Door vervolgens de verschillende leerfasen te koppelen aan deze ijsberg, blijft dit beeld goed hangen.

Patronen

Waarom doet iemand wat hij doet? Waarom denkt iemand zoals hij denkt? In deel 2 gaan we hier dieper op in door in de wereld van (denk)patronen te duiken. We verkennen de schematheorie met de RET-methodiek, de Transactionele Analyse met o.a. overdracht en tegenoverdracht en de dramadriehoek en tot slot de systeemtheorie.

Door deze theorieën allemaal toe te passen op dezelfde casus, kun je duidelijk de verschillende aandachtspunten onderscheiden.

Hot topic

Het laatste deel van het boek richt zich op een actueel onderwerp: duurzame verandering. Hier wordt aandacht besteed aan het ontlocken van verandertaal, het omgaan met weerstand en wordt er een stappenplan voor duurzame verandering gepresenteerd. Op dit specifieke onderwerp vond ik persoonlijk dat de schrijver minder diepgaand en volledig was dan in de andere delen van het boek.

Waardering:

