

**COACHEN**

**EN**  
**H O ! E**

**JOOST  
CRASBORN**

**EN**

**ELLIS**

**BUIS**

# INLEIDING

Deze coachwaaier is een inspiratiebron en een praktisch naslagwerk voor iedereen die met coaching aan de slag is of wil. Na een uitgesproken visie op coachen volgen kaarten met tips en suggesties.

Voor aankomende én ervaren coaches biedt deze waaier verschillende ingangen voor de voorbereiding, uitvoering en evaluatie van een coachtraject.

## VISIE IS DE BASIS

Visie is de basis van alle coaching. Daarom besteden we daar allereerst aandacht aan.

Op de kaarten die volgen, is een groot aantal coachthema's uitgewerkt tot concrete handvatten in de vorm van vragen en andere coachinterventies. Denk aan thema's als contracteren, werken met waarden, confronteren, vragen stellen, werken via fasering en werken aan perspectiefverbreding.

## LEZEN, KIEZEN, DOEN!

Hoe bepaal je je keuze uit deze rijk gevulde gereedschapskist? Dat mag je helemaal zelf weten! Wij vinden coachen zo procesgericht dat het onmogelijk is aan te geven op welk moment

welke interventie de beste is (laat staan de juiste). Bij het bepalen van je keuze staan de vragen en mogelijkheden van de gecoachte centraal. Zorg dat er ruimte is om samen te onderzoeken wat werkt. Dat vraagt om durf en vertrouwen om met elkaar te experimenteren, te leren van wat er voorvalt en weer door te gaan.

### BREED PALET, KIES JE KLEUR

Bij het ontwikkelen van de handvatten hebben we ons door veel verschillende stromingen en technieken laten inspireren. Veel, want we willen je een breed palet bieden waaruit jij kiest welke 'kleur' het beste bij jou en de gecoachte past. Deze benadering hoort bij de uitgangspunten van eclectisch werken en sociaal constructivisme. Dat komt erop neer dat je uit veel het beste haalt, en dat je wat je aanstaat zo toepast dat het werkt.

En dan: doen, doen, doen, met intuïtie en plezier!

Joost Crasborn, Ellis Buis

Een visie zorgt voor **kaders**,  
de invulling is vrij

# KWALITEITS- EN ONTWIKKELINGSGERICHT WERKEN

Heb oog voor en verbind je met de waardigheid en kwaliteiten van de gecoachte, en richt je op wat wél werkt. Er is altijd iets positiefs waar te nemen en te zeggen over zijn kwaliteiten, energie en mogelijkheden, ook als het tegenzit.

Stimuleer de gecoachte zelf meester te worden in het ontdekken en waarderen van zijn eigen kwaliteiten en ontwikkelingen, met deze vragen en werkvormen.

## GERICHTE VRAGEN

- Wat heb je al wel bereikt?
- Wanneer lukte het wel en wat was jouw aandeel?
- Wat waarderen anderen in je?
- Welke kwaliteiten en krachten heb je het laatste kwartier laten zien?
- Wanneer is het probleem er niet, wat is daarbij jouw aandeel?
- Stel, er verandert iets, wat is jouw aandeel?

- Waar krijg je energie van, wanneer ben je op je best, wat zijn je topervaringen?
- Oké, het viel tegen maar welke kwaliteiten heb je wél laten zien?

## DOEN

- Herdefinieer een belemmering naar een perspectief
- Spreek uit wat je in de gecoachte waardeert en wat indruk op je maakt
- Inventariseer samen met de gecoachte positieve eigenschappen en kwaliteiten
- Maak gebruik van schaalvragen 1 tot 10 om verschuivingen te benoemen
- Werk met ankers die staan voor krachten en kwaliteiten
- Vraag de gecoachte zich aan jou te verkopen. Geef aan hoe hem dat lukt
- Loop de ladder van Bateson door met een succeservaring
- Werk met kernkwadranten: vanuit allergie of valkuil terug naar kwaliteit.

**Groeien** is je bewust  
worden van je grootsheid