

Verslag christencoaches bijeenkomst 17 maart 2022

Geschreven door Corrie van Zwol

Het thema van de workshop die Sietze Ketelaar verzorgde was **Zelfreflectie en betekenisvolle dialoog**

Zelfreflectie (ook wel introspectie genoemd) is een belangrijk thema voor een coach.

Er zijn diverse modellen die helpen bij zelfreflectie en die iets zeggen over jou en gaan naar de kern van wie je bent. Sietze Ketelaar heeft samen met Harry Oude Wolbers een model ontwikkeld, Alisz, dat een relatie heeft met deze verschillende modellen.

Sietze nam ons mee in het hoe te kijken naar gedrag en concludeerde dat we uiteindelijk uitkomen bij taal. Taal gebruiken we als manier om elkaar te begrijpen. God drukt zich uit in taal. Taal is meer dan alleen woorden. Taal geeft betekenis aan gebeurtenissen, geschiedenis, etc.

We kregen de opdracht om 3 woorden op te schrijven die zeggen DIT BEN IK. Drie woorden die je persoonlijk kenmerken. Daarna mochten we deze 3 woorden kort in duo's bespreken.

Wil je jezelf of de ander kennen dan zul je daar tekst aan moeten geven. Jezelf laten zien en daar respons op krijgen. Dan ontstaat er betekenis in een gesprek. Uitspraken over gedrag zijn een oordeel of een betekenis die gevangen worden in woorden.

Doel van de bijeenkomst is: inzicht in manier van gedrag inzichtelijk maken.
+ in gesprek geweest met elkaar , een beeld van jezelf als professional en weer weg gaan met ontwikkelingsdoelen.

Harry Oude Wolbers is bezig met een manier om gedrag meetbaar te maken. Vraag daarbij: wat zijn de kenmerkende overeenkomsten tussen alle bestaande modellen (o.a. OCEAN/ Big five/ Belbin/ Roos van Leary/Intelligentie Gardner)

Sietze kijkt naar het relationele aspect.

In gemeenten waar ze met een nieuw model mee aan de slag gegaan zijn zagen beiden een verandering: van 'Nee tenzij' naar 'Ja mits'

Sietze liet ons een plaatje zien van een kathedraal. In de Melrose Abby kwamen broeders in het parlatorium 1 keer per week bij elkaar waarbij één van hen onderwerp van gesprek was. De professionele identiteit werd besproken en het doel van het gesprek was: beter worden.

Sietze gaf een boekentip tussendoor: Manon Ruiters: Je binnenste buiten, mijn binnenste uiten.

Alisz: een vertaalslag van Alice in Wondeland. Een moderne variant op een inspirerend verhaal. Waar wil je naar toe? Wat kleurt jou?

We verklappen onszelf in de middelen die we gebruiken. Bijvoorbeeld: LinkedIn, website en social media accounts.

Woorden, gedrag en drijfveren ze worden gevangen in een gedragsmodel. Gedragsmodellen veranderen steeds. Het gedragsmodel dat we vandaag bespreken heet Hollandse schilders. Diverse schilders symboliseren een typering van gedrag.

Sietze had tape op de grond geplakt waardoor er 4 kwadranten ontstonden. We kregen wat kenmerken te horen en mochten dan op een bepaalde plek gaan staan waar we ons in herkenden. Ondertussen liet hij ons over verschillende dingen nadenken.

Kijk niet naar de valkuilen maar vraag je af: wat brengt deze kwaliteit?

Zelfreflectie: Wat kleurt mij? Wat is van groot belang voor mij? Wat heeft God mij gegeven?

Daarna legde Sietze de verschillende schilders uit en hun typering. Er ontstaan diverse dimensies waarin je je in verschillende dimensies kunt herkennen.

We gingen in groepjes een aantal situaties bespreken die we met klanten meemaken. Daarbij stelden we onszelf de volgende vragen: Wat deed ik? Wat stond stevig? Als ik terugkijk, welke actiestrategieën gebruikte ik, wat zijn de consequenties? Breng deze terug op de dimensies. Wat liep niet zo goed? Wat speelt daar dan?

Waar sta je in je kracht? Zie iets niet als een belemmering maar als een kracht.

Op alle dimensies kun je dingen zien én voelen. Bijvoorbeeld: Innemendheid kun je voelen, belangstelling kun je zien.

Belangstelling kan je tonen. Innemendheid zie je pas op langer termijn.

Soms voel je iets: Ben je t wel? Dat zijn zijnscomponenten.

Jouw vragen als coach helpen anderen niet persé verder. Jouw zijn helpt anderen verder. Wie wil jij zijn als coach?

Leerbaarheid= het potentieel van de coachee benutten. Is het doel leerbaar?

Deconstrueer en denk wat is echt?

Leren gaat via: 'dit ben ik toch niet' naar 'dat kan ik niet maken'

Benoem het vermeende ineffectieve gedrag.

Leren doe je in een leerkuil. We leren een coachee omgaan met nieuw gedrag.

Als het ontwikkelingsdoel onafhankelijk is (van Gogh, assertief voor jezelf opkomen) heb je iets nodig van: stimulerend gedrag (daarin vinden we de rol van de coach)

Als coach neem je jezelf mee bij het begeleiden van de leerbaarheid.

Stel je zelf de vraag: Welke klanten passen bij mij.

Wat is je professionele identiteit? Wat heb jij te leren?

Wat wil je ontwikkelen als coach in relatie tot je klanten? Misschien betekent dat wel dat je afscheid moet nemen van een bepaalde klant. Moet je meer ruimte zoeken of moet je juist afkaderen?

Onderzoek: welke kracht van mij sluit aanvullend aan op de coachdoelen van mijn cliënten. Welke kenmerken van mezelf kan ik daarvoor inzetten en zijn die verschillend bij verschillende cliënten?

Onderzoek daarnaast of je bepaalde cliënten juist niet in je praktijk hebt.