

Een coach? Wat moet ik daar mee? En wie moet ik dan hebben?

Deze vragen hoor ik nog wel eens voorbij komen. Begrijpelijk, want er wordt in dit land wat afgecoached en.. bijna iedereen is coach, je kan het IJsselmeer bijna dempen met alle mensen die zichzelf coach noemen.

Aanbod genoeg derhalve, maar ik herhaal: wat moet je er mee? Mode-trend? Sparren met oude knarren? Of gewoon lekker makkelijk als je het even zelf niet meer weet?

En wat is het? Je leven, je baan, je relatie, je familie, je burens, jezelf?

Het leven is druk, veranderingen gaan snel en er is nogal veel aan de hand in de wereld om ons heen.

In dit kader kan een coach handig zijn. Handig om je tijdelijk, maar wel tijdig te helpen om een druk en lastig kruispunt over te steken.

Meestal weet je buik wel een beetje waar het naar toe moet, maar is je echte beslissing een lastige beveling. Een goede coach kan dan de vroedvrouw (m/v) zijn die helpt bij de geboorte van jouw besluit.



Ik herhaal: jouw besluit en dat van niemand anders. Dus ook niet van de coach en dus ook niet als gevolg van het advies van de coach.

De coach is immers coach en geen adviseur! Heel belangrijk om dit onderscheid te maken.

Immers de adviseur weet alles al en zegt tegen jou wat je moet doen, of meldt welke richting je op moet gaan. Een coach zegt niet wat je moet doen, een coach helpt je met jouw route naar jouw besluit. En dat is een behoorlijk andere aanpak.

Deze aanpak vereist van je coach natuurlijk een bepaalde opleiding, maar nog belangrijker: de juiste instelling en een paar cruciale karaktereigenschappen.

De coach die voor jou geschikt is, kan ontzettend goed luisteren en heeft oprechte belangstelling voor...jou! Wie ben je, waar kom je vandaan en met name waar wil je naar toe en waarom dan wel?

Deze figuur is leergierig en nieuwsgierig naar het fenomeen jij. Wat het karakter betreft: jouw coach moet niet te blij zijn met zichzelf, geen ego nodig hebben en niet verblind zijn door het licht dat hij/zij zelf denkt uit te stralen.

Vele keren wandelde ik door het Amsterdamse bos met joodse studenten en jewish young professionals. De problematiek was vaak hetzelfde: een (aanstaand) kruispunt, een mutatie-moment, een dilemma, een vraagstuk etc. Met kracht, kleur en knipoog en de combinatie van een koel hoofd en een warm hart wordt bijna altijd een oplossingsrichting gevonden.

Tot slot het allerbelangrijkste: de klik, de verbinding, de chemie tussen jou en je coach moet helemaal goed zijn. Zoiets voel je vrijwel meteen tijdens de eerste kennismaking.

En...als het goed voelt, dan is het vaak ook goed. Alleen met de juiste chemie kan jouw coach je met een paar helpende gesprekken, assisteren bij de geboorte van jouw beslissing, welke route je gaat nemen en welke afslag je neemt op dat kruispunt

