

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

info@boomamsterdam.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

BRIEF COACHING FOR LASTING SOLUTIONS

Insoo Kim Berg & Peter Szabó (2005).
New York: Norton. \$ 27,50. 224 pp.
ISBN 978-0-393-70472-3.

‘What is working best in your life right now?’
‘What would your best friend say about
how you have made it happen?’
‘What small step are you willing to take first?’
‘Who will be the first to notice that you are
different?’

Start een gesprek altijd met successen, richt iemand op datgene wat goed gaat in zijn leven. Dit is een van de basisadviezen die Insoo Kim Berg en Peter Szabó geven in hun boek *Brief coaching for lasting solutions*. Beide auteurs zijn bekend van de oplossingsgerichte gesprekstherapie (Solution Focused Therapy). Begin dit jaar is Berg op 72-jarige leeftijd overleden. In *De kracht van oplossingen* (De Jong & Berg, 2004), een eerder verschenen boek van haar dat vooral gericht was op de gezondheidszorg en jeugdhulpverlening, wordt het oplossingsgerichte model in gezinnen toegepast. In *Brief coaching for lasting solutions* wordt de oplossingsgerichte benadering vertaald naar individuele toepassing in coachingstrajecten, werkbegeleiding of supervisie binnen profit- en non-profitorganisaties.

De oplossingsgerichte benadering gaat ervan uit dat cliënten competent zijn. Vertrekpunt daarbij is altijd datgene wat cliënten al doen en wat blijkt te werken. In coachingsgesprekken gaat het erom cliënten bewust te maken van waar zij nu staan en te begeleiden naar waar zij naartoe willen. Er wordt ingegaan op de eigen kwaliteiten, eigen vaardigheden en eigen wijsheden van de cliënt en met gerichte vragen worden de

oplossingen, waarover een cliënt reeds beschikt, stapsgewijs aangeboden.

Bovenstaand uitgangspunt lijkt eenvoudig. Het is echter een ommezwaai om als coach niet te starten bij de problemen en bovendien om complexe problemen samen met de cliënt te vereenvoudigen. ‘Staying simple takes a great deal of discipline en skills’.

Het boek is opgebouwd uit vijf hoofdstukken. In de eerste drie hoofdstukken wordt op praktische en concrete wijze een stapsgewijze beschrijving gegeven hoe er, samen met de cliënt, aan een oplossing gewerkt kan worden. De coach start het eerste gesprek met wat op dat moment goed gaat, waar de cliënt tevreden over is en hoe de cliënt dit voor elkaar heeft gekregen. Vervolgens wordt er uitgebreid stilgestaan bij het einddoel, dat wat de cliënt met het coachingstraject wil bereiken. De coach bevraagt de cliënt daarbij op wat hij zelf wil en wat goed voor hem is, en besteedt aandacht aan de positieve consequenties indien dit doel bereikt is. Er wordt geëindigd met de eerste eenvoudige stap die de cliënt wil zetten om het doel te gaan bereiken. De vervolgsessies hebben een gelijksoortige opbouw. De focus ligt op wat goed is gegaan en per sessie worden er concrete doelen afgesproken. Leidraad is dat de cliënt zelf de inhoud van de sessie bepaalt.

In het boek staan zeer veel voorbeeldvragen, concrete tips uit de praktijk en stapsgewijze uitleg voor de coach om gericht door te vragen. Een van de technieken die wordt aangereikt is *scaling*. De cliënt wordt gevraagd om zijn doelen een score op een schaal van 0 tot 10 te geven, voor de huidige en de gewenste situatie. Ook het effect van de coaching wordt zichtbaar door de doelen steeds te scoren.

In hoofdstuk vier en vijf wordt ingegaan op moeilijke coachingstrajecten, zoals de cliënt zit vast in een probleemsituatie, de cliënt voelt zich onmachtig om situaties op te lossen of een cliënt lijkt zijn problemen te ontkennen. De coach wordt hierbij uitgedaagd om vanuit het perspectief van de cliënt of van personen uit diens omgeving te denken. Een van de adviezen luidt dat sommige problemen onoplosbaar zijn en dat dat mogelijk een beperking voor of van de cliënt is. De coaching kan dan gericht zijn op het leren effectief met die beperking om te gaan, waardoor de cliënt zich ten opzichte van die beperking heel anders kan gaan voelen.

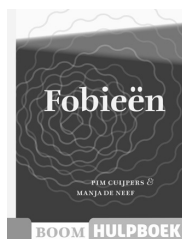
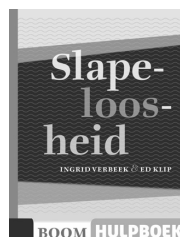
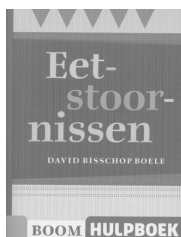
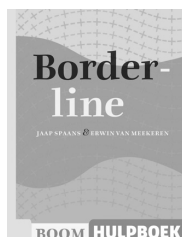
Tevens wordt stilgestaan bij cliënten die niet vrijwillig komen maar die worden gestuurd door bijvoorbeeld hun werkgever. Het is belangrijk om dit gegeven te integreren in de coachingsgesprekken, door bijvoorbeeld te vragen: 'Wat wil je vandaag bespreken zodat jij en je baas met een goed

gevoel de sessie voor vandaag afronden?' Hoewel de oplossingsgerichte methode hier individueel wordt toegepast, betreft de therapeut op deze manier indirect toch steeds belangrijke relaties bij de therapie.

Kortom, een praktisch boek, waarbij oplossingsgerichte gesprekstherapie toegepast wordt voor een bredere doelgroep en anderzortige gesprekken, en bruikbaar voor zowel een beginnende als een ervaren coach. Het blijft een uitdaging om je steeds te realiseren: 'No problem happens all the time. What happens the rest of the time?'

Lenny Rodenburg

De Jong, P. & Berg, I. K. (2004). De kracht van oplossen: handwijzer voor oplossingsgerichte gesprekstherapie. Amsterdam, Harcourt. Vertaling van *Interviewing for solutions* (New York: Brooks/Cole, 1998).



De serie **Boom Hulpboek** gaat ervan uit dat mensen zelf iets aan hun problemen kunnen doen en biedt methodes die deze problemen helpen aanpakken.

Boom | www.boomhulpboek.nl