

Trouw - donderdag 17 juni 2004

## **De personal coach vraagt: 'Wat denk je zelf?' Zo'n 2500 coaches in Nederland begeleiden managers in hun bewustwordingsproces.**

door MARLISE HAMAKER

Personal **coaching**, De personal coach wordt niet alleen door particulieren ingehuurd. Regelmatig roepen werkgevers de hulp in van een personal coach om hun werknemers effectiever te laten functioneren. Bedrijven hebben soms een interne coach voor hun topmanagers. Daarnaast wordt de personal coach ook ingezet in groepen., Ook in het politiek bestuur is de personal coach bekend. Minister Zalm van financiën consulteert regelmatig de eerder genoemde personal coach Yan de Rooy. De Partij van de Arbeid stelde tijdens de verkiezingscampagne in 2002 voor om ook ex-gedetineerden een persoonlijk motivator toe te wijzen., Voor meer informatie over personal **coaching**: [www.nobco.nl](http://www.nobco.nl)

**Ex-staatssecretaris Annette Nijs is niet de enige. Topambtenaren, managers en andere leidinggevenden maken regelmatig gebruik van een personal coach. „Je bent wat als je een personal coach hebt”, vertelt Alex Engel, voorzitter van de Nederlandse Orde van Beroepscoaches (Nobco). „Ik stond laatst in een café en iemand vertelde dat hij een coach had. Waarop het 'Ik heb ook een coach' door de kroeg zoemde.”**

Dat was tien jaar geleden wel anders, toen de coach nog een relatief onbekend fenomeen was. In de tussentijd heeft de beroepsgroep een fikse inhaalslag gemaakt. De Nobco is opgericht, er zijn verschillende opleidingen tot personal coach gestart en de persoonlijke motivators komen regelmatig samen tijdens congressen. Zoals gisteren, bij het jaarlijkse coachingscongres in Doorn.

„Die bijeenkomsten zijn belangrijk, zodat er een soort kruisbestuiving is tussen de coaches. Ze leren van elkaar”, zegt Engel.

Rüna Honig is zo'n personal coach, aangesloten als registercoach bij het Nobco. In haar praktijk ontvangt ze veel advocaten, het beroep dat Honig tot voor kort ook zelf uitoefende. „Door de individualisering in de samenleving vinden werkgevers het steeds belangrijker dat bijvoorbeeld hun managers een groot zelfsturend vermogen hebben en zichzelf goed kennen. De effectiviteit van je functioneren wordt steeds meer bepaald door wat je uit jezelf haalt, je persoonlijke bagage. Er wordt van mensen verwacht dat ze niet alleen weten wat hun sterke kanten zijn, maar ook hun zwakheden zien. Tien jaar geleden was daar veel minder behoefte aan”, vertelt Honig.

In haar kantoor, gevestigd in een statig pand aan de Utrechtse Museumlaan, hangt de geur van kaneel ('dat zorgt voor een intieme sfeer') en klinkt op de achtergrond een new age-muziekje. „Daar worden mensen in een korte tijd rustig van”, weet Honig. De cd zet ze meestal op als een coachee, zoals de cliënt genoemd wordt, na een hectische dag haar kantoor binnen wandelt.

Want om gecoacht te worden, moet je rustig zijn. Honig: „Het gaat over bij jezelf naar binnen kijken, over bewustwording en je innerlijke drijfveren. Contact maken met jezelf is makkelijker als je rustig bent.” Volgens de Dikke van Dale betekent 'coachen' zoveel als 'begeleiden, opleiden, helpen'. De personal coach begeleidt vooral. „De therapeut zegt: ik weet wat jouw probleem is, dat ga ik oplossen. De manager zegt: dit is het doel en dat is jouw taak. De coach zegt:

wat denk je zelf?", legt Nobco-voorzitter Engel uit. Dat is een vraag die mensen zichzelf niet zo snel stellen, denkt hij.

Ruim negentig procent van het coachen is aan werk gerelateerd. Volgens het Nobco oefenen zo'n 2500 coaches in Nederland 'min of meer professioneel' het vak uit. Veel van hen hebben naast het coachen nog een andere baan, bijvoorbeeld als psycholoog of manager. De persoonlijk begeleiders komen uit verschillende werkvelden. „Er is geen specifieke beroepsgroep die coach wordt. Hetzelfde geldt voor de coachees. Iedereen heeft baat bij een personal coach", meent Engel.

Zo ook Caroline van der Weijden, die inmiddels drie sessies heeft gehad. Ze is projectmanager bij een opleidingsinstituut waar een grote reorganisatie plaatsvindt. „Ik heb een coach opgezocht, omdat ik me afvroeg hoe ik in dit proces overeind kon blijven", vertelt Van der Weijden. Bovendien is ze 'altijd op zoek naar verdere professionele ontwikkeling en bewustwording'.

Van der Weijden bespreekt tijdens een sessie wat haar zoal bezighoudt. „We praten over hoe ik in de dingen sta: hoe reageer ik op stress of op veranderingen waar ik geen invloed op heb." Vervolgens schrijft ze in de maand die volgt een verslag. „Ik begin meteen na de sessie met op te schrijven wat ik mee wil nemen uit het gesprek. De rest van de maand noteer ik wat me bezig houdt, waar ik tegen aan loop en waar ik me bewust van word", gaat Van der Weijden verder. Een paar dagen voor de volgende sessie stuurt ze het verslag naar haar coach. Die kan dan kijken 'waar ze zit' en waar Van der Weijden op door wil gaan. **Coaching** is tijdelijk voor de projectmanager, ze heeft van tevoren vastgelegd dat ze vijf tot zeven sessies zal doen.

De meeste coachees spreken op voorhand af hoeveel sessies ze zullen bijwonen. Dat kan variëren van vijf tot vijftien ontmoetingen tussen coach en coachee. Er zijn ook mensen die een langere periode gecoacht worden, zoals voormalig staatssecretaris Anette Nijs, die vorige week moest aftreden na haar uitspraken over minister Van der Hoeven van onderwijs in Nieuwe Revu. De interviewers van het weekblad hadden voordat ze Nijs interviewden een ontmoeting met haar personal coach Yan de Rooy. Die vertelde de journalisten over de slechte relatie tussen Nijs en Van der Hoeven. Saillant detail is dat Nijs de interviewers zélf heeft voorgesteld contact met De Rooy op te nemen, omdat de interviewers zich gedegen wilden voorbereiden op het gesprek met Nijs.

Maar De Rooy had wellicht ook zonder Nijs' toestemming met de interviewers kunnen praten. Voor coaches geldt geen geheimhoudingsplicht. Veel coaches sluiten een contract met de coachee waarin die geheimhoudingsplicht geregeld is. Het ministerie van onderwijs wil niet zeggen of er zo'n contract tussen Nijs en De Rooy is gesloten.

Personal **coaching** is een onbeschermd beroep, dus iedereen mag de titel achter zijn naam zetten. Loek Oudeman, directeur van de particuliere opleiding de **Coaching** Academy in Houten, verbaast zich daarover. „Eind jaren negentig zag ik overal die bordjes verschijnen van mensen die zich vestigden als 'personal coach'. Ik vroeg me af: wat voor kwaliteit bieden die mensen eigenlijk?" Oudeman besloot, toen al jaren werkzaam als coach, zelf wat aan die kwaliteit te doen met de oprichting van zijn academie.

De opleiding is opgezet als een gilde. Startende coaches kunnen gedurende drie maanden de cursus volgen van leerlingcoach. De opleiding bestaat uit drie dagbijeenkomsten waarin je leert wat **coaching** precies inhoudt. De leerlingen

gaan direct aan de slag in de praktijk met een zogenaamd grow model. „Ze moeten twee coachees zoeken in hun omgeving waarmee ze kunnen oefenen. Met het model in de hand zien de leerlingen hoe ze een sessie moeten aanpakken en welke vragen ze bijvoorbeeld kunnen stellen", zegt Oudeman. Sinds de oprichting van de **Coaching** Academy hebben een paar honderd leerlingen, gezellen (de vervolgcursus) en meestercoaches (de hoogste opleiding) de opleiding met succes afgerond.

Ook de Nobco probeert te zorgen voor meer kwaliteit in het vakgebied. De vereniging heeft een register met daarin zo'n vijftig coaches die aan bepaalde kwaliteitseisen voldoen. De Nobco heeft verder 150 leden die net gestart zijn als coach. Om in het register te komen, moeten de leden aan verschillende eisen voldoen. Zoals een coachopleiding hebben gevolgd of kunnen aantonen dat ze 650 uur mensvakken als psychologie hebben bestudeerd. Registerleden zijn verplicht een handtekening te zetten onder de gedragscode van de Nobco. Maar het vak staat nog in de kinderschoenen, vindt voorzitter Engel: „**Coaching** is een jong vak, dat nu pas begint te professionaliseren."

Copyright: Hamaker, Marlise