

Het werken met Beelden

In de nieuwe serie 'de favoriete coachmethodiek van een registercoach' deze maand een artikel over 'werken met beelden'. Janine Stolvoort is registercoach sinds 2007. Zij werkt met verschillende methodieken en technieken, altijd passend bij de cliënt en de vraagstelling.



Stolvoort heeft een eigen bureau 'JSP trainingen' en haar cliënten zijn hoogopgeleide mannen en vrouwen die zij coacht op verschillende loopbaanvraagstukken, "wie ben ik, wat wil ik en wat kan ik", zoals professioneel handelen binnen een organisatie of team, een eerstvolgende, (management) stap in een organisatie, het vinden van de balans tussen ambities in zorgtaken en professionele ambities, outplacement trajecten en arbeidsmarktwerking.

"Het werken met beelden helpt mensen verder. Beelden blijven beter hangen dan woorden en zijn tastbaar. Een beeld zegt meer dan 1000 woorden. Wanneer de cliënt zich bewust wordt van zijn beelden en wanneer hij verandering kan aanbrengen in die beelden dan ontstaat er beweging", motiveert Stolvoort de reden voor het werken met beelden. "Ze vertelt over een cliënt die het erg moeilijk vond om aan anderen duidelijk te maken wat hij voelde. Hij voelde een belemmering. Stolvoort vroeg hem om zich te ontspannen en zijn ogen te sluiten. Daarna vroeg ze hem te visualiseren: "Hoe ziet die belemmering er uit?", vroeg ze hem. Hij vertelde dat hij een vestingmuur zag, een hele grote. Door vragen te stellen kwam Janine Stolvoort erachter hoe die vestingmuur er uit zag. Er zaten geen ramen in en geen deuren. Er leek geen toegang te zijn. Dan ontdekt hij een pad. Hij bedenkt dat hij, wanneer hij het pad opgaat, een ladder mee kan nemen en die tegen de vestingmuur kan zetten. Als Stolvoort samen met de cliënt de visualisatie nabespreekt zegt hij dat hij wel opgelucht is en dat hij heeft ontdekt dat er wel een mogelijkheid is om de vesting te nemen, dat het niet helemaal onmogelijk is en dat hij de ladder kan pakken wanneer hij dat wil.

In de coachtrajecten werkt Janine Stolvoort met beelden nadat zij al een paar gesprekken heeft gehad en wanneer er genoeg veiligheid is opgebouwd. Ze merkt dat veel mensen niet gewend zijn om met beelden te werken maar dat op die manier dingen snel duidelijk worden.

Zo was er cliënt die ontevreden was over de balans tussen werk en thuis. Waar het precies mee te maken had werd niet goed duidelijk. Stolvoort vroeg haar om twee tekeningen te maken. Eentje van het werk en eentje van haar privé-situatie. De tekening 'werk' zag er dynamisch uit, kleurrijk en grote vlakken. De tekening 'prive' bestond uit allemaal kleine vakjes, afgebakende driehoekjes. Er was een groot verschil zichtbaar tussen beide tekeningen. Op de vraag bij welke tekening de cliënt zich het fijnst voelde koos ze voor de tekening 'werk'. Bij het creatieve en dynamische voelde ze zich het beste op haar gemak. Vervolgens gingen ze samen kijken hoe ze de twee tekeningen passend kon maken. De cliënt trok de conclusie dat ze thuis wel wat meer dynamiek mocht toelaten. Ze besloot de dingen meer zijn gang te laten gaan zodat het allemaal wat creatiever en losser zou worden.

Ben je registercoach bij de Nobco en wil je ook geïnterviewd worden over je favoriete coachtechniek mail dan even naar de redactie van de Nobco.

Peta Twijnstra