

ONDERSTEUNING VOOR PROFESSIONELE COACHES

PROFESSIONELE COACH SUPERVISIE



HOE BEWUST BLIJVEN WE ONSZELF UITDAGEN?

PROFESSIELE COACH SUPERVISIE

Ieder van ons leerde het vak 'coaching' door vallen en opstaan. Een coach-opleiding geeft je vele handvaten om te coachen, en in de praktijk sta je er alleen voor met je coachee. We hebben geen resultaatverbintenis met onze klanten, we zijn wél verantwoordelijk voor een optimale procesbegeleiding. Onze klanten zitten niet te kijken naar hoe we de begeleiding doen en welke kansen we laten liggen. Dat is ons vak. Zij vertrouwen in ons. Echter ... hoe bewust blijven we onszelf uitdagen en hoe bewust evolueren we in het zinvol uitoefenen van dit prachtige beroep?

Een professionele coach blijft voortdurend in beweging en zoekt daarbij zelf ook externe klankborden. Echter, met wie kan je bespreken wat je écht bezig houdt, in alle vertrouwen? Ieder van ons voelt zich nu en dan (onbewust) beschaamd of schuldig om iets dat we hadden moeten doen, maar toch niet gedaan hebben. Of omgekeerd: omdat we iets niet gedaan hebben waarvan we ons bewust waren dat het wél belangrijk was.

We hebben soms geen grip op het 'waarom' ... én juist dát bespreek je met een professionele supervisor. Want als je weet wat je drijft, kan je er invloed op hebben.

Vaak leren we uit coachmomenten die niet optimaal verliepen, soms leggen we de lessen onbewust naast ons neer. Redenen om 'niet te leren' zijn er alom ... Soms namen we gewoon de tijd niet, soms was het te pijnlijk om naar te kijken, soms bleven we steken in onmacht omdat we niet wisten hoe het dan wél had gekund Er is echter één constante in ons leerproces: doordat we niet weten wat we nog niet weten ... blijven we doen wat we deden ...

WAT IS REFLECTIEVE SUPERVISIE?

Reflectieve supervisie

- is een manier om transparant te worden naar jezelf: wat waren je persoonlijke drijfveren?
- is een kans om je praktijkgewoontes met nieuwe ogen, vanuit een meta-visie of
- 'super-visie'-niveau, te herbekijken: dienen deze gewoontes je nog? Leveren ze het gewenste resultaat op voor een specifieke klant?
- is een vorm van ervaringsgericht leren - je reflecteert over je patronen na je coaching om steeds meer in staat te zijn te reflecteren in je volgende coachings.
- maakt je op een respectvolle manier wakker uit je comfortzone: je overweegt of je je gewoontepatronen wil behouden en maakt bewust opnieuw keuzes.
- creëert een ruimte waar je je verbeelding de vrije loop laat over hoe je je klant in de volgende sessie de best mogelijke service kan bieden.
- nodigt je uit tot groeien in bewustwording, tot nieuwe keuzes, tot herzien van je perspectieven.

Je stapt als het ware samen met de supervisor in een helikopter en stijgt samen op om zonder oordeel en vanuit mildheid jezelf te observeren: wat drijft je om te blijven doen wat je doet (of nog niet doet)? Een verkenning en reflectie met als centrale vraag: "Wat zou er veranderen in de relatie met je klant als je dingen net anders zou bekijken?"

Reflectie heeft vele dieptelagen. Veel coaches hebben nog niet kennism gemaakt met al deze dimensies. Een supervisor zal je hierin begeleiden.



WAAROM KIEZEN WEINIG COACHES SPONTAAN VOOR SUPERVISIE?

Er zijn nog weinig gekwalificeerde supervisors gespecialiseerd in coaching omdat het coachingvak in de Benelux nog een relatief jong beroep is. Een kwalitatief aanbod van supervisie is nog zeer pril.

Daarnaast zijn er mogelijk heel wat misverstanden en limiterende gedachten die coaches weghouden van een supervisie. We formuleren hieronder enkele hypothesen. Aan jou om te evalueren of er iets van toepassing zou kunnen zijn ... of nog beter ... om ons te vertellen wat jou weghoudt van een supervisie.

- Vrezen coaches het beeld van een supervisor die zich opstelt als 'beter'-wetend waardoor ze zich nadien onbekwaam zullen voelen?
- Houden coaches zo sterk van hun vrijheid en autonomie dat het een valkuil wordt om alles alleen te doen?
- Vrezen coaches dat ze een demo-coaching moeten doen en daarop feedback zullen ontvangen (lees: afgemaakt zullen worden)?
- Hebben coaches zelf niet het lef om met frisse ogen naar hun praktijk te willen kijken?
- Willen coaches liever in stilte omgaan met momenten dat ze zich beschaamd voelden?
- Staan coaches niet open voor een transformerend proces? Blijven ze liever in hun comfortzone, verbonden met de illusie van 'alles onder controle'?
- Vrezen coaches dat ze gezichtsverlies zullen lijden als ze een fout(je) in de ogen kijken?
- Zijn coaches bezorgd dat ze uit evenwicht zullen zijn na de supervisie en dat dit voor teveel turbulentie zorgt?
- Willen coaches liever alles bedekt houden zodat hun zelfbeeld intact kan blijven?
- Vrezen coaches dat collega's aanwezig bij groepssupervisies hen zwart zullen maken in de markt?
- Kiezen coaches liever voor het volgen van extra opleidingen waardoor ze in stilte conclusies kunnen trekken over wat ze in hun praktijk willen veranderen?

WAT Zouden JOUR REDENEN KUNNEN ZIJN OM NIET VOOR SUPERVISIE TE KIEZEN?

Nochtans verwachten coaches van hun klanten dat ze

- bewuste keuzes maken en progressie nastreven
- hun vorderingen en resultaten evalueren
- beroep doen op hun netwerk als ondersteuning
- hun resultaten in de ogen kijken door de lens van duurzaamheid
- ...

En toch nemen velen onder ons zèlf te weinig tijd om de kwaliteit van ons werk onder ogen te zien ...

Ideaal is supervisie een normale kwaliteitsstandaard voor elke coach: minstens driemaal per jaar

Eens je van supervisie geproefd hebt, wordt het een SUPER-supervisie: een vreugde om met 'vakgenoten' over de kwaliteit van ons vak te kunnen reflecteren. Om elkaar te inspireren. Om (he)erkenning en empathie te voelen voor de uitdagingen waar jij voor staat. Om te ervaren dat supervisor én coaches vanuit hun hart werken met klanten en er alles aan willen doen om dit om te zetten in een hoge kwaliteit voor de klant én zijn organisatie.

ICF (Internationale Coach Federatie) vraagt van iedere gecertificeerde coach dat ze op driejaarlijkse basis minstens 10 uur mentorcoaching kunnen voorleggen. Supervisie is een vorm van mentorcoaching waarvoor je een mentorcoachingattest kan ontvangen.



WAAROVER REFLECTEER JE IN SUPERVISIE?

We stellen ons samen en in alle transparantie en openheid vragen zoals:

- Welke woorden van klanten blijven nazinderen en willen gehoord worden?
- Welke gedragingen zijn steeds meer standaard in je benadering?
- Welke oordelen of assumpties over de klant staan in de weg?
- Welke verbindingen willen gelegd worden?
- Welke gevoelens krijgen geen ruimte?
- Welke geheimpjes houden je bezig?
- Welke sterktes zet je te weinig in?
- Welke overwinningen mogen in het licht gezet worden?
- Welk verhaal blijf je jezelf nodeloos vertellen?
- Welke angsten vreten energie?
- Welke parallelprocessen zijn er eventueel tussen de klant en jou, tussen de klant en jouw historiek, tussen jou en de organisatiecultuur?
- Welke beperkingen leg je jezelf op?

Deze vragen leiden tot een perceptieverandering over je praktijk, je klanten en jezelf. Supervisie is een vorm van kwaliteitsbewaking



WAT IS DE ROL VAN DE SUPERVISOR?

De supervisor heeft meerdere rollen in supervisie. Zijn hoofdfocus is deze van reflector over kwaliteit en duurzaamheid in coaching. Zowel voor jou als coach, als voor de klant, als voor de organisatie. Dat betekent dat de supervisor drie concrete rollen heeft:

1. Een **ondersteunende rol** om je aan te moedigen je sterktes en talenten nog consequenter in te zetten en successen te onderlijnen. Bij twijfel zal hij je zelfvertrouwen helpen opkrikken. De supervisor vertrekt vanuit het standpunt dat je altijd positieve intenties hebt voor jezelf, die op zijn minst tot doel hebben je te beschermen voor iets wat als risicovol aanvoelt.
2. Een **ontwikkelsrol** om je te inspireren met methodes en ideeën, met uitdagende vragen om je perspectief te willen herzien. Vergroting van je bewustzijn leidt immers tot meer keuzevrijheid. Deze rol leunt het dichtste aan bij deze van mentor-coach.
3. Een **bewakingsrol** of **normatieve rol** om alertheid met je te delen in verband met ethische grenzen en om je feedback geven in relatie tot professionele standaarden.



WELKE KWALIFICATIES HEEFT EEN SUPERVISOR NODIG?

Een supervisor is doorgaans iemand met véél coachingkilometers op zijn teller. Iemand die zelf expliciet wil blijven evolueren en die als missie heeft de professionalisering van het coachingvak verder te laten evolueren. Een supervisor is zelf zéér reflectief over het eigen handelen en de mogelijke impact hiervan op anderen.

Elke supervisie is door de intense en diepgaande uitwisselingen die er gebeuren transformerend voor zowel de supervisor als voor alle supervisees. De bereidheid tot delen van inzichten en ervaringen en zelfonthullingen zijn normale ingrediënten in supervisie.

Net zoals in coaching kan iedereen zichzelf uitgeven voor supervisor. Deze rol vergt echter een specifieke focus, kennis en attitude die resulteert in een co-creatieve verkenning van je praktijk. Een specifiek supervisediploma is een plus, echter geen sluitende garantie op kwaliteit, net zoals dat geldt voor coachingdiploma's. Elke professionele supervisor heeft zelf ook een supervisor waarbij hij zijn eigen supervisies onder de loep neemt. Dat is wél een kwaliteitswaarborg waarnaar je kan vragen.

Een supervisor weet het niet beter, hij is bereid om met jou in open dialoog perspectieven uit te wisselen die wellicht zinvol zijn. Net zoals in coaching kies jij het onderwerp bij aanvang en de richting van je actie nadien. Bij normatieve supervisie gebaseerd op een coachcompetentiescreening, kan de supervisor zijn expliciet advies geven over de stappen die nog te nemen zijn om verder te professionaliseren.



WELKE VORMEN KAN EEN SUPERVISIE AANNEMEN?

Individuele supervisie – waarbij je privé afspreekt met je supervisor. Dit kan zowel face-face als online.

Groepssupervisie – waarbij je afspreekt in een vast groepje tot 6 personen met de supervisor gedurende een halve dag, waarbij ongeveer 3 personen per keer hun casussen kunnen delen of 3 personen een coach-oefening kunnen doen.

Reflectie op basis van casussen – ook wel reflectieve supervisie genoemd. Een supervisee beschrijft zijn context, patroon, casussen, waarna samen gereflecteerd wordt doorheen diverse lenzen over hoe je anders kan kijken naar deze zelfde casus.

Reflectie op basis van herbeleving – op basis van nabespreking van audio, video-opnames of een hier-en-nu coachingsoefening van 30 minuten reflecteren we over wat er krachtig was en waar er nog ontwikkelingslijnen liggen. Wanneer gewenst worden de competenties van ICF of EMCC als referentie gebruikt.

VRIJBLIJVENDE INTAKE

Tijdens de intake krijg je concrete info over data, mogelijkheden, plaats, enz. Via een intakeformulier formuleer je je doelen, verwachtingen en behoeftes om in een leermodus te kunnen stappen. Je ontvangt ook een achtergrondartikel over de diepte van reflectie en een uitnodiging om over je eerste casus te reflecteren.

Neem vrijblijvend contact op via intake@supervision4coaches.be



TRAINING
& COACHING
SQUARE



Locatie voor opleidingen

The House To Be
Zone 1 - Researchpark 210
1731 Zellik

info@trainingcoachingsquare.com
www.trainingcoachingsquare.com



Training & Coaching Square
<https://www.facebook.com/thecoachingsquare/>



@CoachingSquare



the-coaching-square
<https://www.linkedin.com/company/the-coaching-square>