

## In beweging

Zoals de meesten van jullie wel weten, ben ik actief in de hobby-fotografie. In de afgelopen tijd scoorde ik met onderstaande foto een 1<sup>e</sup> plaats in een regionale wedstrijd van 300 foto's en een (gedeelde) 6<sup>de</sup> plaats in een landelijke wedstrijd van 1800 foto's. Een mooi resultaat! De jury vond dat ik de letterlijke beweging van de bus in het viaduct goed had vastgelegd en vroegen zich ook af welke 'beweging' deze mensen nog gingen maken in hun leven? Welke ontwikkelingen zouden zij nog mee maken in deze turbulente tijden, waarheen zou hun weg hen nog leiden?

In hoeverre houd jij jezelf of jouw medewerkers in beweging? Welke ontwikkelingen dienen zij te maken om zichzelf duurzaam inzetbaar te houden voor nu en de toekomst? Hebben sommige van jouw medewerkers enkele hobbels te overwinnen op het gebied van stress, conflicten, onzekerheid of loopbaankeuze? Zo nee; houden zo! Zo ja, ik kan helpen. Ik hoor het graag.



## Waar zit jij aan tafel?

In mijn vak let ik veel op de non-verbale communicatie van mijn cliënt. Hieruit haal ik vaak meer informatie dan uit wat er echt gezegd wordt en het schept ruimte om dieper op zaken in te gaan. Zelfs de plek waar de cliënt gaat zitten ten opzichte van mij, zegt al veel (niet alles natuurlijk), terwijl er nog niets gezegd is....

Ga uit van een rechthoekige tafel. Degene die met jou in gesprek gaat, kiest voor een hoekpositie ten opzichte van jou. Hij gaat voor een prettig, open gesprek waarbij oogcontact en gebaren gezien kunnen worden. De hoek van de tafel kan wat bescherming bieden als de ander zich bedreigd voelt. Het is de meest succesvolle strategische positie van waaruit je een presentatie kunt houden en de kans op succes kunt vergroten. Als je samen aan een opdracht wilt werken, dan kies je voor de coöperatieve positie, oftewel je zit naast elkaar. De defensieve positie wordt vaak ingenomen (je zit tegenover elkaar) bij een werksituatie waarbij beide partijen een stevig standpunt innemen of om een slecht nieuws gesprek nog meer gewicht te geven. De onafhankelijke positie, oftewel je zit ver schuin tegenover elkaar, wordt ingenomen als je afstand wilt scheppen of eigenlijk niets met iemand te maken wilt hebben. Er spelen natuurlijk nog meer factoren mee, maar waar zit jij meestal aan tafel?

*Bron: Allan & Barbara Pease*

## Ethische Gedragscode: Respect uitgelicht

Ik werk conform de Ethische Gedragscode van de Nobco (Nederlandse Organisatie van Beroepscoaches). Het doel van die code is de professionaliteit van beroepscoaches onder woorden te brengen en deze als leidraad te laten dienen voor het professioneel functioneren van coaches. Een van de waarden is het respectvol omgaan met de cliënt. Dat klinkt zo logisch, maar wat houdt dat nu precies in?

- Ieder mens is gelijkwaardig; de coach discrimineert niet op welk gebied dan ook;
- De cliënt maakt vrije keuzes om zich te ontwikkelen en de eigen weg te bepalen; de coach respecteert dat;
- De cliënt neemt eigen beslissingen en kan zijn besluit nog veranderen; de coach geeft die ruimte;
- De coach komt op voor de belangen van de cliënt, maar houdt ook rekening met de belangen van anderen, zodat er geen schade aan wat dan ook wordt berokkend;
- De coach houdt rekening met het ontwikkelingsniveau, de mogelijkheden en behoeften van de cliënt op fysiek, emotioneel, intellectueel, sociaal en spiritueel niveau;
- De coach gaat respectvol om met de soms kwetsbare of afhankelijke positie van de cliënt;
- De coach gaat respectvol om met mensen en hun leefomgeving in algemeen.



*Desmond Tutu: "Een periode van crisis is niet alleen een tijd van angst en zorgen. Zij geeft je de mogelijkheid om goede of slechte keuzes te maken".*

## Opmerkingen, tips, contact?

Je kunt mij bereiken via [info@amgcoaching.nl](mailto:info@amgcoaching.nl) of bel 06-18326153. Tot de volgende keer!

Wil je je afmelden of aanmelden voor het ontvangen van de nieuwsbrief in jouw persoonlijke mailbox stuur dan even een mailtje.