

BOEKBESPREKING met HANNEKE DE BRUIN

Socratisch Coachen

Auteur Hilde Veraart-Maas

Uitgeverij Nelissen, Soest. ISBN 9024417333

De titel ‘ Socratisch coachen ‘ appelleert bij mij meteen aan wijsheid. De wijsheid van de oude Grieken. Socrates leefde in het Athene van de vijfde eeuw voor Christus. Hij vond zijn eigen kennis ontoereikend en baseerde zich in zijn gesprekken op een grondhouding van “niet-weten”. Deze houding is ook terug te vinden bij het Socratisch coachingsgesprek met als doel: het aan het licht brengen dat iemands uitspraken niet kloppen c.q. niet juist zijn in de zin van tegenstrijdig of onsamenvattend. De vragen kunnen dan helpen om tot een doorbraak te komen.

Zoals Hilde Veraart zelf al zegt is de aanpak niet nieuw.’ Het is alleen een systematische ordening van bepaalde vragen.....’ Het boek gaat over het stellen van Socratische vragen op het juiste moment, zodat iemand *zelf* nadenkt, *zelf* afwegingen maakt, *zelf* keuzes maakt en *zelf* die stappen onderneemt die bij hem en zijn situatie passen.’

Zoals ik al zei gaat Socratisch vragen uit van de grondhouding van niet weten. De vragen lijken logisch en zelfs eenvoudig. Om een en ander echt te beheersen is mijns inziens oefenen een belangrijke voorwaarde. Uiteraard hangt het van iemands coachingservaring af hoe snel hij/zij het zich eigen zal maken. Socratisch coachen is niet echt nieuw in de zin dat de vragen nieuw/verrassend zijn. Het nieuwe zit in een heel bewust, degelijk en doordacht model. Het boek is geschreven voor iedereen die anderen met een probleem wil helpen. Dat kunnen zowel externe als interne coaches zijn: HRM-managers, loopbaanadviseurs, vertrouwenspersonen, managers én collega's. Eveneens is het interessant voor supervisors en intervisiegroepen. Ten slotte is het boek ook bedoeld voor mensen die zelf een probleem willen oplossen en bereid zijn kritisch naar zichzelf te kijken.

Het boek bestaat uit drie delen. In het eerste deel bespreekt Hilde Veraart-Maas de twee theoretische fundamenteën : Socratisch vragen en de Rationeel Emotieve Therapie (RET). Socratische vragen zijn kort, duidelijk en concreet. Het gesprek heeft een bepaalde structuur en kent spelregels. De schrijfster maakt het onderscheid tussen de destructieve en de constructieve fase. In de eerste fase zijn er vragen zoals: *klopt het?* De aandacht is gericht op het bewust maken van een onjuiste mening. In de daarop volgende fase, de constructieve, begint de vraag met: *helpt het?* Op deze manier bouwt de cliënt geleidelijk een andere mening op.

Ook vindt in het eerste deel een beschrijving plaats aan de hand van de Rationeel Emotieve Therapie, hoe de coach kan helpen om vanuit nieuwe perspectieven naar een probleem te leren kijken. Vervolgens leert de client zelf het probleem adequaat aan te pakken. Het aspect van RET dat veel aandacht krijgt bij het Socratisch coachen is zelfwerkzaamheid van de coachee. Dit is van belang bij het opsporen van irrationele overtuigingen en het uitdagen daarvan zodat iemand nieuw gedrag kan leren.

Het tweede deel gaat in op de praktijk van het Socratisch coachen. Veel praktijkvoorbeelden,

gebaseerd op werksituaties, illustreren de methodiek. Aan de hand van 10 fasen in een Socratisch coachingsgesprek wordt een praktijkvoorbeeld gegeven. De volgende fasen zijn genoemd:

- fase 1:* beeldvorming, probleemschets
- fase 2:* beeldvormige probleemverheldering
vragen naar de context waarbinnen het probleem zich voordoet en in hoeverre er een patroon herkenbaar is
- fase 3:* reflectie
de coach verplaatst zich in de cliënt en luistert naar zijn intern feedbacksysteem
- fase 4:* vaststellen hulpvraag + agenda
- fase 5:* klopt het, helpt het vragen om de irrationele gedachten te toetsen
- fase 6:* vragen om oplossingen te genereren (inhoud) en op hun waarde te toetsen
- fase 7:* verankeren nieuw gedrag
- fase 8:* verankeren, plan van aanpak
- fase 9:* meten om resultaten zichtbaar te krijgen
- fase 10:* toets om te leren vanuit het verleden

Het derde deel van het boek, dat verreweg het omvangrijkst is, toont drie cases met actuele thema's: teamcoaching, burn-out en loopbaanheroriëntatie. De auteur behandelt het verloop van een traject vanaf het eerste contact tot de afronding.

Heeft dit boek een toegevoegde waarde ?

Men kan inmiddels bibliotheken vullen met boeken die al verschenen zijn over coachen, en toch kan dit boek iets toevoegen aan de bestaande literatuur. Ik vind dat de schrijfster dicht bij haar doelstelling is gebleven om de wijsheden en bruikbare elementen van het Socratische gesprek te vertalen naar het hier en nu waarbij de Rationeel Emotieve Therapie het belangrijke fundament is. Hilde Veraart slaagt in haar opzet door zowel een stevige theoretische basis als een reeks praktische illustraties van de methodiek aan te bieden. Zoals al eerder gezegd een nieuwe aanpak is het niet: in feite is de benadering zoals Socrates die introduceerde al zo'n 2500 jaar oud. De Griekse wijsgeer leerde ons: '*Ken uzelf*'. Dat is meteen ook de rode draad van dit boek: een goede coach kent zijn mogelijkheden en zijn beperkingen. Een goede coach die de gangbare gesprekstechnieken onder de knie heeft, kan wellicht de Socratische vragen als krachtige aanvulling gebruiken om de medewerker of cliënt te helpen tot een doorbraak te komen. Socratische vragen leiden ertoe dat de gecoachte *zelf* nadenkt, *zelf* afwegingen maakt, *zelf* keuzes maakt en *zelf* stappen onderneemt. Dergelijke vragen vormen de kern van het Socratisch coachen. Men voorkomt ermee dat men (on)bewust vervalt in het geven van suggesties en het aandragen van oplossingen.

Conclusie:

Een lezenswaardig boek met een duidelijke visie en veel praktische en uitgewerkte casuïstiek. Geen nieuwe theorieën, wel een duidelijke en degelijke aanpak op basis van de combinatie van twee fundamenteën: het Socratisch gesprek en de Rationeel Emotieve Therapie.

September 2006, Hanneke de Bruin, De Roedel Executive & Life Coaching.