

Veerle en Sophie

geschreven door Pauline Tanahatoe en Carine Pruijt

Dit is een boek in wording. We publiceren telkens een of twee thema's en we vinden het leuk wanneer je feedback en/of input¹ geeft! Wie weet kom jij dan ook in ons verhaal. Feedback/input kun je mailen aan info@tandoen.nl of aan info@proactiefcoachen.nl

Staan vergaderen en Voice Dialogue

“En dames, wat mag het zijn voor u?” Sophie kiest een lekkere thee uit en Veerle gaat voor het appelgebak en de grote mok koffie...lekker!

Sophie is heel enthousiast over staand vergaderen; “Dat scheelt veel tijd. Ten eerste kun je het zittend meestal langer uithouden. Bovendien nodigt het uit om, bij een niet zo strenge voorzitter, even lekker te kletsen. Mijn ervaring bij staand vergaderen is dat iedereen snel ‘to the point’ komt, er meer overtuigingskracht zit in de betogen en dat de aandacht meer bij de spreker ligt. Het is natuurlijk niet zo dat er geen berichtje op de telefoon gelezen kan worden wanneer we staan, maar het komt toch minder vaak voor. Er zit gewoon meer vaart in en iedereen ervaart dit als nuttig en prettig. Doe eens gek Veerle, en introduceer het als try-out. Zeg maar dat je het van mij moet laten beleven”. Oké, oké lacht Veerle, ze merkt op dat Sophie erg vrolijk is en vraagt hoe het met haar gaat. Sophie vertelt blozend over een man waarmee ze al een paar weken aan het daten is. “Hij heet Joost en is van mijn leeftijd, gescheiden en vader van twee kids. Hij staat voor de klas”, zegt ze. “Hij is leuk, attent en kan boeiend vertellen over zijn hobby sportvliegen. Zijn jongens heten Bas en Sjoerd, 8 en 10 jaar oud”. Sophie vertelt vrolijk verder maar Veerle dwaalt weg met haar gedachten. Joost...Bas en Sjoerd...sportvliegen....klas...dat klinkt bekend! Veerle moet veel moeite doen om naar het opgewekte verhaal van Sophie te blijven luisteren. Ze hoopt dat Sophie niks merkt van haar verwarring. Gelukkig moet ze weer naar haar volgende afspraak, dat komt goed uit. Sophie rond haar verhaal af waarna ze afscheid nemen van elkaar.



Spreekt staand vergaderen je aan? Stel dan tijdens je *stand up meeting* de volgende drie vragen:

- 1) waar heb je gisteren aan gewerkt,
 - 2) waar werk je vandaag aan
 - 3) verwacht je obstakels, en kan het team je daarbij helpen?
- <https://blog.ibabs.eu/staand-vergaderen-kortere-meetings>

Veerle rijdt met haar auto naar het bos, ze heeft behoefte aan een frisse neus en ruimte om na te denken. Ze weet het zo goed als zeker, het is DE Joost, jeetje wat moet ze nu?

¹ Zie “Proloog” uit deze reeks op www.proactiefcoachen.nl of op www.tandoen.nl

Ze heeft haar beroepsgeheim² en hier moet ze zich aan houden maar Sophie is een vriendin, wat een dilemma! Veerle voelt zich schuldig naar Sophie. Maar aan de andere kant... stel dat ze wel kon vertellen over Joost? Dan zou Sophie haar misschien een grote bemoediging vinden. Misschien is hij wel veranderd denkt Veerle tegen beter weten in. Er zijn maar weinig mensen die in detentie een socialer mens worden. Ze besluit goed op Sophie te letten en ze hoopt maar dat zij zelf tot inzicht komt en inziet dat Joost niet zo leuk is als ze denkt. Jeetje, is hij nu al vrij?!

Maar oké; voor nu schudt ze haar gedachten van zich af want ze heeft vanmiddag nog een coachingspraak staan en daar wil ze met een open mind aanwezig zijn.

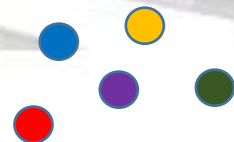
Het was een fijn coachgesprek en dat heeft de nare gevoelens van vanmorgen wat naar de achtergrond gedrukt. Maar pjoeh, wat een dag. Veerle neemt de laatste slok van haar haar wijn en zegt tegen haar man Bert dat ze vroeg gaat slapen.

Ze denkt terug aan de coachsessie van vanmiddag, ze heeft de methode Voice Dialogue gebruikt. In de begeleiding met Voice Dialogue gaat de coach in gesprek met enkele subpersonen van de cliënt. Iedereen heeft meerdere subpersonen zoals bijvoorbeeld een Innerlijke Criticus, Pleaser, Levensgenieter of een Losbol. Wanneer dezelfde subpersonen steeds op de voorgrond treden dan kan iemand in de problemen komen. Door het gesprek aan te gaan met een subpersoon van de cliënt, komt deze erachter wat de functie van de betreffende subpersoon voor hem is. Dit is van oorsprong een beschermende functie. Het doel van Voice Dialogue is dat de cliënt ontdekt welke subpersonen hij in zichzelf kan aanspreken om beter met een situatie om te gaan. Veerle herinnert zich dat Sophie het boek 'Ik (k)en mijn ikken' van Brugman, Budde en Collewijn wilde lenen. Daar kan Sophie als leidinggevende zeker wat aan hebben.

Veerle draait zich tevreden op haar zij en valt in een diepe slaap.



Voice Dialogue is een dynamische methode die in coaching, counseling en therapie gebruikt wordt. De methode is ontwikkeld door Hal en Sidra Stone, beide klinisch psycholoog. Zij hebben een theorie ontwikkeld met als uitgangspunt dat elk mens bestaat uit meerdere 'ikken' of subpersonen. (<http://delos-inc.com/>) De coach maakt bij deze methode gebruik van stoelen of vloerankers. De stoel of het vloeranker representeren een (sub)persoon. Hierop ga je zitten/staan om je in te leven in die (sub)persoon.



² Er zijn enkele beroepsgroepen met een beroepsgeheim zoals psychologen, maatschappelijk werkers, artsen etc.. Een coach kan zich aansluiten bij een beroepsvereniging waarvan de leden werken volgens de "Global Code of Ethics for Coaches & Mentors". (20170101-nobco-internationale-ethische-code.pdf)