

Uit de gereedschapskist van de coach

LEERSTIJLEN GELEEROMGEVING



VAN HAMER TOT HOUVAST

Een studente is gestart met een managementstudie op masterniveau in een voor haar nieuwe stad. Die studie valt haar zwaar. Niet zozeer de lesstof vindt zij moeilijk, maar meer het studeren zelf. Zij merkt dat zij erg onzeker is, en dat haar zelfvertrouwen steeds minder wordt. Geleidelijk aan is zij over van alles gaan twijfelen. Dat heeft ook een effect op de rest van haar leven. Ze ziet overal tegenop, komt moeilijk uit bed en aan de studie.

Via via komt zij bij een coach terecht: kan hij haar helpen uit haar stagnatie te geraken? De coach aarzelt wat: is dit wel een coachingsvraag? Hij ziet echter de nood van de studente en stelt een traject van vijf gesprekken voor. Hij neemt zich voor zijn begeleiding te blijven richten op leren, zodat het niet een verkapt soort therapie wordt. Lukt het niet om een leerproces op gang te brengen, dan zal hij haar doorverwijzen, zo spreekt hij ook met haar af.

Aanleiding

De coach ziet zijn klant vooral worstelen en een uitweg zoeken in een soort kramp om over allerlei dingen na te denken. Dat brengt haar niet veel verder. Hij heeft de indruk dat het meer praten over voelen is dan voelen. En rationalisaties kunnen op zichzelf weer bronnen voor onzekerheid vormen. De studente heeft dat ook wel in de gaten: zij meldt dat zij haar gevoel sterk probeert te beheersen en te sturen. Waarschijnlijk om greep op haar leven te behouden. Ze lijkt moeilijk zicht te krijgen op wat haar aanspreekt, en waar haar talenten tot bloei kunnen komen.

Tijdens een verkenning van wat ze zoal doet, en wat ze daaraan leuk en lastig vindt, noemt de studente een gesprek met een medestudent, waarin ze op een

bepaald moment 'warme wangen' krijgt. Doordenkend over een mogelijke betekenis meldt ze: "Ik denk dat mijn energie dan wegvloeit", en concludeert vervolgens: "ik zou wat aan mijn conditie moeten doen". De coach vermoedt dat ook hier weer sprake is van een 'bedachte' verklaring. Hij vraagt zich af welke leeromgeving haar kan steunen om productiever met haar twijfel om te gaan. Heeft ze wellicht een preferente leerstijl waarop hij kan aansluiten, of juist prikkelend van kan afwijken?

Houvast

Inmiddels zijn er vele systemen ontwikkeld om leerstijlen in kaart te brengen. Welke ordening zou in deze situatie het meest bruikbaar zijn:

- Die van David Kolb, veel gebruikt bij ervaringsleren (met de indeling: naast denken iets doen, naast abstraheren uitnodigen tot concretiseren)?
- Zouden de inzichten van Vermunt over de zelfregulering van het leren aangrijpingspunten kunnen bieden: het gaat hier tenslotte om tot studeren komen?
- Of de MBTI van Myers-Briggs (naast denken meer voelen; naast oordelen meer waarnemen)?
- Zou de GRLSS van Grasha-Riechmann hier uitkomst kunnen bieden (naast

BRUIKEN OM EEN TE CREËREN

- vermijden meer participeren)?
- Wellicht kan hij gebruik maken van Howard Gardner's intelligentiespectrum (met 8 verschillende intelligenties om te leren of problemen op te lossen)?
- Of kan hij bij de zintuiglijke ervaring aansluiten: welk representatiekanaal (visueel-auditief-kinesthetisch) gebruikt de klant?

Dat laatste lijkt de coach wel geschikt. Hij kan van daaruit voortbouwen op het kinesthetische aspect, waar deze klant wat minder aandacht voor lijkt te hebben. Een soort onderzoekje naar lichamelijke sensaties vanuit een meer receptieve (ontvankelijke, ontvangende) houding. Hij besluit zijn keuze niet uit te leggen, aangezien hij inschat dat er dan een discussie of een uitleg nodig is, en het te verbaal blijft. In plaats daarvan wil hij een 'experiment' voorstellen, zonder iets te vertellen over wat en hoe en waarom. Ook een ervaring overigens van geen controle hebben, maar de coach schat in dat de neveneffecten hiervan waarschijnlijk niet al te erg zullen zijn.

Toepassing

De coach vraagt: "Je zegt: die warme wangen betekenen dat mijn conditie slecht is.

Zullen we eens een klein experiment doen? Die betekenis aan die wangen zelf vragen?" De studente gaat er in mee en komt – met wat steun van de coach om rustig afwach- tend te luisteren – uit op: 'er is spanning'. Dat is heel wat anders dan wat zij eerst meldde: juist wèl energie, hoewel wat gecontroleerd. Door wat bij die wangen te verwijlen, vermindert de spanning ook, worden ze niet zozeer minder warm, maar wel zachter.

De klant ontdekt dat haar vermoeden over een tekortschietende conditie niet zo adequaat was. Wellicht is haar conditie inderdaad slecht, en kan het haar best helpen om daar iets aan te doen. Maar in deze situatie ging het om iets heel anders: om een situatie die haar spanning opleverde. Zij beseft dat dergelijke situaties lastig zijn, en dat zij op zo'n moment ook wat anders kan doen dan wat zij gebruikelijk doet. Namelijk: aandacht aan die spanning geven in plaats van erover nadenken. Dat levert misschien een wat andere betekenis op, en waarschijnlijk ook een ander voorne- men. Haar strategie om iets te gaan doen (te gaan sporten) zou namelijk ook een teleurstelling op kunnen leveren. Zou deze andere manier van aandacht geven aan haar ervaringen haar ook kunnen helpen bij haar leerproces?

Risico's

Er zijn meerdere systemen om leerstijlen te karakteriseren. Met vaak ook een test die een bepaalde leerstijl zou kunnen 'meten'. Het risico bestaat dat dit soort tests de klant in een type vastzetten ('u bent een denker'). We pleiten voor een gebruik als oriënteringshulp voor de coach om te zoeken naar – andere – manieren om een klant te kunnen stimuleren. Leerstijlen in de vorm van een hypothese over een pas- sende leeromgeving: een idee over wat de ander kan uitdagen tot een leerervaring. Een hypothese vraagt ook om de bereid- heid om die hypothese te verwerpen als blijkt dat hij niet klopt, of om hem bij te stellen als blijkt dat hij niet helemaal past. Het helpt als de coach een gevulde rugzak heeft om daar vorm aan te geven. Zo zal de coach in dit voorbeeld over de nodige bagage moeten beschikken om de klant met rust en concentratie in contact te brengen met haar lichamelijke gewaarzijn. En zorgvuldigheid vraagt onder andere van de coach dat deze niet gaat interpreteren: dan mis je net de waarde van zo'n recep- tieve aanpak. Inderdaad: instrumenten zijn als hamers...

Meer lezen?

Op internet zijn allerlei sites te vinden over leerstijlen.

INFORMATIEMARKT • LEZINGEN • WORKSHOPS

De PsychoSociale Contactdag

coaching • counseling • psychosociale hulpverlening • preventiewerk
welzijnswerk • sociotherapie • psychologie • zingeving • complementaire zorg

Zaterdag 17 mei 2008 van 9.30 tot 16.30 uur

Aanvangstijd tussen 9.30 en 10.30 uur

Psychiatrisch Centrum Zon & Schild; locatie De Veste
Utrechtseweg 266, 3818 EW Amersfoort

Entree € 20,00 (incl. lezingen en workshops; excl. lunch en consumpties)

OPGAVE VOORAF VERPLICHT

U kunt zich aanmelden tot 10 mei; zie www.depssc.nl of www.de-nfg.nl

Informatie: NFG, Tel. 0593-333235 of E-mail: secretariaat@de-nfg.nl

- opleidingen
- cursussen
- trainingen
- netwerken
- boeken
- tijdschriften
- gezondheids-organisaties



Nederlandse Federatie Gezondheidszorg