

Gesprek coaches (4 en slot)

Student: Friso Liesker, HtH Amsterdam, 2019

Aanwezige coaches: Bea Jongsma (Howie the Harp) en Henny de Gier (GGZ-NHN)

Locatie: Herstelwerkplaats Schagen

Datum: Vierde en laatste gesprek, 5 september 2019

Bea opent het gesprek met de vraag in hoeverre ik mijn [persoonlijke leerdoelen](#) heb gehaald. Ik zeg dat ik denk dat ik die zeker gehaald heb; Ik heb me bij het Herstelbureau veel meer laten zien¹ dan in de klas, en bij de Herstelwerkplaats heeft die trend zich voortgezet, en zeker ook daar heb ik veel meer de regie genomen. Al na vijf weken draai ik zelfstandig een groep met een collega die op dezelfde dag is binnengekomen als ik, en dat zijn we ook blijven doen. Ook heb ik - met een collega - twee groepen gestart, waar ik erg enthousiast over ben, en die goed draaien. Tevens heb ik me opgeworpen om in het PR-team van GGZ-NHN zitting te nemen en, als apart project, om de PR voor de Herstelwerkplaats in Schagen op poten te zetten. Verder ben ik de coördinator van ik een driekoppig team dat aan de slag gaat met het vernederlandsen van het handboek [De weg naar herstel](#).

We komen ook over de omgang met collega's te spreken. Zo heb ik bijvoorbeeld een meningsverschil gehad met een collega over de duur van een groep (zij wilde hem inkorten tot 1,5 uur genoeg, ik pleitte er voor om hem op 2 uur te houden). Daar zijn we goed uitgekomen, [zie verslag week 34, onder woensdag 21 augustus](#). Ander voorbeeld is dat van een collega met wie ik een groep zou doen in de kliniek. Ik voelde tijdens die sessie een ongemakkelijke energie en trok me dat aan; ik dacht dat ik iets niet goed deed. Ik heb dat later bij haar aangekaart. Ze verontschuldigde zich, het ging helemaal niet om mij, ze vond het juist mooi hoe ik contact met iemand maakte en iets in hem los wist te maken. Die onzekerheid zal niet morgen al verdwenen zijn, maar pure winst voor mij is dat ik alle keren dat ik ergens mee zat, wel met de betrokkene in gesprek ben gegaan. Eigenlijk altijd bleek het nergens om te gaan en bleek ik mijn eigen vijand. Ik denk te snel dat ik de oorzaak ben van het ongemak van anderen. Een oude maar hardnekkige programmering.

Een ander thema dat ter sprake kwam, is dat ik geneigd ben te veel hooi op mijn vork te nemen. Perfectionist. Lat hoog leggen. Bea en ook Henny waarschuwde: pas daar mee op. Hoe ging dat nu? Ja, te vol bordje vanwege de laatste loodjes voor mijn afstuderen. En al dat voorbij is, wat dan? Ik gaf aan dat ik dan de teugels weer kan laten vieren. Meer tijd voor familie en vrienden, leuke dingen.

Aan Henny vraagt Bea hoe ik ben als collega. Die zegt dat ik droge humor heb. Ook vindt ze dat ik de deelnemers van groepen goed kan prikkelen om in gesprek te gaan. Naar haar oordeel heb ik iets bedachtzaams, waardoor ik vertrouwen wek. En waardoor men op mij afstemt. Ook wordt het voorbeeld genoemd dat ik in de pauze van een groep iemand heb aangesproken omdat ik dacht dat een bepaald thema belangrijk was voor haar; ik heb toen gevraagd of ik haar, als de groep weer begon, mocht uitnodigen om er iets op te zeggen en dat heeft ze toen gedaan. Dat ik zo zorg voor een veilige sfeer. Vette complimenten. Ik bagatelliseer, relativeer. Ongemak. "Hoor je het? Je krijgt complimenten, hè!"

Bea merkt op dat ik waarschijnlijk door mijn angstige inborst geleerd heb om mensen goed aan te voelen.

¹ Lees [hier](#) het coachingsgesprek in hoeverre ik die doelen heb gehaald.

Hoe kijk ik zelf tegen mijn ontwikkeling aan? Ik houd het heel kort; ik zie voor mezelf drie fases: 1) ik begin met meekijken; 2) ik ging vervolgens *meedoen* en 3) nu heb ik zelf groepen opgezet; Ik ben en voel me niet langer de co-piloot maar *this is your captain speaking*. En met dat verkennende werkstuk over eHealth kijk ik feitelijk over de grenzen van de Werkplaats heen. Iets waar ik ook aardigheid aan beleef.

De slotvraag is of ik nog aandachtspunten heb; ik denk even na en zeg dan dat ik denk dat ik meer aan *clean desk policy* moet gaan doen; Kleine dingen meteen wegwerk voor ze aan me gaan hangen. Dus: niet uitstellen.