

Geproefd: Effectief Coachen met beelden

“It’s all in the eyes”, antwoordde de Playboy-fotograaf op de vraag wat mensen aantrekkelijk maakt. Niemand die hem geloofde, natuurlijk. En toch. Zijn het niet altijd de ogen die we zoeken? Fotografen kunnen het weten. Zij bieden ons hun persoonlijke, indringende blik op de wereld. Zo ook Hens van Soest, fotograaf en eigenaar van Fotomissie, wier foto’s unieke tools vormen voor coaches en trainers. De workshop Effectief Coachen met Beelden biedt praktische handvaten voor het gebruik daarvan. Verslag van een inspirerende ervaring.

“Niet op je foto gaan zitten”, klinkt het bij binnenkomst in het antieke zaaltje van de Volksuniversiteit in Utrecht. Ik loop naar een willekeurige stoel en pak de foto van de zitting: een Indiase drager die een enorme last op zijn rug torst. Naast mij liggen foto’s van frisse wortelen en edelstenen, en ik overweeg een snelle wissel. Net als ik besluit me in mijn lot te schikken, neemt Hens haar camera in de aanslag en geeft trainer Jaldhara Groeneveld ons de eerste opdracht: “Vertel wat er op je foto staat en wat dat met jou te maken heeft.” *I knew it.* Aan de hand van de foto’s legt een twaalfal cursisten een persoonlijke link met coachen, trainen of doceren. Op één foto staat een man in een turnpak ondersteboven in een split. De cursiste zegt: “Soms lijken dingen zwaar, maar als je ze rustig benadert, kom je er vaak goed uit.” Mijn blik vangt die van de lastdrager op mijn schoot.

Beeldcoaching kan worden ingezet ter verdieping, verbinding, bevordering van creativiteit, teambuilding, het oplossen van conflicten, om ruimte te creëren voor diversiteit, voor verwerking, kennismaking, verankering en het inzichtelijk maken van normen en waarden.

Komt u binnen

“Gebeurtenissen, zowel geluk als trauma, worden door ons brein vertaald in mentale plaatjes. Associeer je een beeld met zo’n plaatje, dan herbeleef je die ervaring. Beelden komen dus direct, persoonlijk en authentiek binnen”, aldus Jaldhara. We gaan aan de slag met de eerste werkvorm: ‘Wat is je talent?’ Er worden grote, geplastificeerde foto’s in het midden gelegd. We krijgen de opdracht om een foto te kiezen die ons talent verbeeldt. De talenten liggen letterlijk voor het oprapen. Ruig ogende zeilteams, rommelige ateliers en brandende vuren verbeelden ons vermogen tot samenwerking, creativiteit en warmte. Na wat uitwisselrondes heeft ieder zijn of haar talent helder en is voorzien van associaties die achter op de foto’s worden geschreven. Een verrassende kennismaking is een feit. Dan gaan we de diepte in.

Meebewegen

‘Dynamisch balanceren’, noemt Jaldhara het coachen met beelden: er moet veel worden gezien en ervaren én de verbinding moet worden opgezocht. Van wezenlijk belang is de mindset waarmee je aan de slag gaat: “Realiseer je dat het beeld dat je ziet, jouw beeld is.” Niet oordelen, dus. Blijf bij je eigenheid en laat je tegelijkertijd verrassen. Bedenk welk doel je wilt bereiken, hoe je je materiaal in wilt zetten en plan voldoende tijd. Tot slot: houd aandacht voor de vraagstelling: “In een beeld is er altijd iets op de voorgrond en iets op de achtergrond”, stelt Jaldhara. “Er is ook altijd iets *niet*. Wat zie je niet? Wat wordt er niet getoond? En: wat wordt er niet gezegd door je *cliënt*?” Blijf als begeleider te allen tijde in je lijf. Stel jezelf voortdurend de vraag: ‘Wat voel ik?’

Deelnemer Hette (fotograaf/coach): “Beelden kunnen, met name in veranderingsprocessen, een ‘out of the box’-uitkomst opleveren. Mijn doel is mijn taligheid te combineren met mijn beeldend vermogen als fotograaf. Deze workshop heeft me geïnspireerd om daar vorm aan te geven.”

Cursist Klaartje (marktonderzoeker): “Onderzoek naar bijvoorbeeld medewerkerstevredenheid levert verbeterpunten op. Voor teamcoaching op deze punten kan het werken met beelden een interessante optie zijn. De workshop was inspirerend; wel is er bij het groepswerk het vertrouwen nodig dat het proces een vervolg krijgt.”

Klik!

Een rollenspel: drie cursisten als medewerkers en manager, en Jaldhara als facilitator. De anderen krijgen de opdracht om te horen, te zien of te ervaren wat er (niet) gebeurt. Het thema is weerstand tegen bezuinigingen. Jaldhara legt foto’s in het midden en vraagt een beeld te kiezen bij de huidige situatie. Wat zijn de gevoelens daarbij? Foto’s van kabels en een kale ruimte geven associaties met: ‘aan handen en voeten gebonden’ en ‘alleen’. Op de derde foto staat een spoorlijn. Associatie: “op een dood spoor”. De trainer vraagt door: “Rijdt de trein nog? Is hij op de heenweg of de terugweg?” De antwoorden komen direct en zijn verrassend helder. Er wordt gekeken naar het woord op de achterkant van de foto’s. ‘Missie’, luidt de achterzijde van het spoor. “Waar associeer je dat woord mee? Stel dat je ‘t woord letterlijk neemt, hoe voelt dat dan? En wat als je vrijelijk associeert met het woord?” De groep bekijkt opnieuw de woorden. Opvallend is dat nu vooral sámen gekeken wordt. Tot slot wordt een gezamenlijk woord gekozen voor elke foto en de volgorde van de drie beelden bepaald (‘gereedschap’, ‘missie’, ‘keuze’). Hier lijkt iedereen iets mee te kunnen. Hens maakt een foto van de drie beelden. Die werkt in de praktijk nog maanden na, aldus Jaldhara.

Tips voor het effectief coachen met beelden

- Kies een beeld voor de huidige situatie.
- Kies een beeld van de gewenste situatie.
- Bekijk de afstand tussen die twee punten.
- Moet er nog iets tussen?
- Draai de foto’s om en bekijk de woorden.
- Leg de woorden op een rijtje (het pad).
- Bekijk de volgorde: klopt die?
- Zie elk van de woorden als een stap.
- Bij welke stap ben je nu?

Hebbes

“De foto’s creëren directe associaties en openheid. Daardoor raak je snel de essentie”. evalueren deelnemers en toeschouwers. “Door de beelden ontstaat een soort van *story telling*. Ze roepen een persoonlijke werkelijkheid op en maken van alles los. Mede daardoor kunnen beelden sneller dan andere methoden een gezamenlijk anker creëren”, vat Jaldhara samen. Ik neem afscheid van mijn lastdrager; het was een middag van boeiende ontmoetingen en ervaringen. Coachen met beelden? Mij hebben ze.

Auteur: Tineke Bloemen

Gevolgde training: Effectief Coachen met beelden

