

Coach in beeld ... Yaron Loman



niveau in het gilde **Senior Practitioner**
leeftijd **39 jaar**
woonplaats **Rotterdam**
coach en eigenaar van een **ontwerpbureau**

Ik was klaar met de ontwerpwereld waar ik in zat en ik voelde dat ik een andere richting op wilde. Mensen zeiden al een poosje tegen mij: 'Is coachen niet iets voor jou?' Dat heeft me aan het denken gezet. Via mijn vrouw kwam ik in contact met iemand die zijn opleiding bij de Coaching Academy had gevolgd. De inhoud van de website sprak mij aan, voornamelijk het filosofische en het Judaïsche ervan.

Tijdens de Basisdag raakte ik enthousiast. Alle concepten en vaardigheden waarover ik die dag hoorde, wilde ik niet alleen begrijpen maar ook onder de knie leren krijgen. Het was helemaal niet mijn intentie om daadwerkelijk coach te worden. Zelfs aan het einde van de Leergang Professioneel Coachen twijfelde ik daar nog aan. Ik weet nog dat ik zei: "Ik denk dat ik ooit misschien weleens een hele goede coach zou kunnen worden." Aan het einde van de Leergang Zelfbewust Coachen zei ik: "Ik weet dat ik een hele goede coach kan worden." En zo ben ik steeds verder doorgedaan, tot nu toe. Nu *ben* ik een hele goede coach. Ik heb uiteindelijk toch mijn eigen coachpraktijk Yaron Loman Company opgezet. Het één op één coachen was nooit mijn droom, maar ik heb er van leren houden.

Sinds ik in opleiding ben gegaan, ben ik dag en nacht bezig geweest met mijn eigen ontwikkeling. Eén van de dingen die ik ontwikkeld heb, was ook precies hetgeen waar voor mij de grootste winst te halen viel. Dat gaat over eigenwaarde, het gevoel dat ik iets te betekenen heb in deze wereld. Ik ben opgegroeid met het idee dat ik niet zoveel voorstel, niet zoveel kan of hoeft. Ik bleef redelijk passief, maar daarbinnen zat een enorm verlangen. Om uiteindelijk dat potentieel en verlangen vrij te laten komen, is mijn grootste ontwikkeling geweest. Wat mij in de weg heeft gestaan zijn oordelen en strengheid, maar ook analyseren en strategieën bepalen. In dat laatste ben ik in principe heel goed maar ik hoef het nu niet langer in te zetten bij het coachen.

Als ik nu een coachgesprek voer, dan heb ik geen verwachting of plan voor diegene. Het is aan mij als coach om aan te sluiten bij wie er tegenover mij zit. Wat iemand van mij kan verwachten is dat we van de oppervlakte de diepte in gaan. Ik daag iemand uit om echt met zichzelf aan de slag te gaan. We gaan niet oplossingsgericht te werk, ik heb geen doekjes om te deppen of pleisters om te plakken, een coachklant zit tegenover mij om er vol in te gaan.

Coachen is voor mij het vrij laten komen van iemands potentieel. Dat gaat van nu naar de toekomst. Er is bij coachen ook een stuk dat terug gaat naar het verleden om betekenis te vinden en/of te geven aan de dingen van vroeger zodat ze niet langer in de weg staan in het hier en nu.

Ongeveer 4,5 van de 5 jaar heb ik in de opleiding geworsteld om "weg te blijven uit de context van het verhaal van de klant". Ik vond het lastig om uitsluitend te leren werken met de werking van die context voor die klant. Op enig moment dacht ik: "Fuck de context. Ik hoor wat je zegt, maar wat is daarvan het effect? Wat doet dat met jou?" Toen was ik in staat om naar de binnenkant van de mens te gaan en daar dichtbij te kunnen staan. Toen ik dat eenmaal kon, kon ik ook uit mijn eigen verhalen stappen.

Veel van het coachen en mijn doorge maakte ontwikkeling, zie ik ook terug bij mijn ontwerpbureau Re:organise dat gericht is op *human-centered-design*. Mijn positie binnen het bedrijf is sterker geworden. Vroeger was ik vooral manager maar nu echt leidinggevende. Ik kijk hoe ik de werknemers en zzp'ers die voor mij werken het beste kan begeleiden in datgene wat ze doen en ze

“Een ontwerpbureau
runnen vanuit die
attitude is voor mij een
enorme verrijking.

daarin ook vrij te laten komen. Ook met de klanten van het designbureau ga ik nu voorbij de context. Ik kijk naar de behoeftes en verlangens van de klant. Van daaruit werken we aan de vorm die we daar aan kunnen geven. Dat gaat veel verder dan zomaar iets leuks maken. Tijdens zo'n proces ben ik erop gericht om alle antwoorden uit de ander te halen. De gemiddelde ontwerper denkt: dit is mijn opdracht, ik zal eens kijken wat ik er van kan maken. Terwijl mijn intentie is: dit is de opdracht maar wat speelt er echt? Wat gebeurt er? Waar loop je tegenaan? Ook daar ga ik weer naar die werking, dat is juist prachtig. Daarmee komt de klant zelf tot de conclusie wat er werkelijk speelt (net als in het coachen). Ze willen bijvoorbeeld helemaal geen restylede ruimte, maar eigenlijk gaat het over de wens om meer gezien te worden. Als dat alles is uitgesproken, kun je kijken: wat is er vandaaruit belangrijk? Er ontstaat een veel natuurlijker en duurzamer proces.

Het Jungiaanse wat mij toentertijd zo aansprak zit enorm verweven in de coachopleiding zelf. Als verdieping heb ik Jungiaanse Fundering 1 & 2 gevolgd. Dat heeft gemaakt dat ik concepten als; licht & schaduw, ego & zelf, masker, ani-

mus & anima, het onbewuste, etc. beter kan herkennen. Door de verbreding van mijn eigen kennis kan ik nu mijn klant beter zien. In het totale palet van de klant verschijnt diegene helderder aan mij. Het heeft voor een klant geen zin als ik al die thema's op tafel gooi. Ze komen vanzelf naar boven zodra het aan de orde is. Het is aan mij als coach om daar binnen het proces zorgvuldig mee om te gaan.

Ik hoop hier nog veel meer uit te halen. Ik zou ook bijvoorbeeld het Zelf naar boven willen leren halen in creatieve sessies. Hoe zet je jezelf neer? Hoe durf je jezelf te laten zien? Ook op jouw website of in een huisstijl.

Het coachen bij de Coaching Academy gaat voor mij niet zozeer over coach moeten worden en een eigen coachpraktijk opzetten. Het gaat in de eerste plaats over het ontwikkelen van een waardevolle attitude van jezelf die je in het hele scala van het (bedrijfs)leven of werkomgeving kan inzetten. Een ontwerpbureau runnen vanuit die attitude is voor mij een enorme verrijking. Coachen is het meest waardevolle voertuig om jezelf aan te ontwikkelen als ik het mag zeggen. Door de opleiding sta ik dichterbij mijzelf. Waar ik negen jaar geleden

mezelf vroeg: “Waar ben ik mee bezig en zal ik er maar gewoon mee stoppen?”, is het hele zoekende er nu vanaf. Ik weet wat ik wil, wat ik kom doen en wat ik kom brengen. Ik heb geleerd meer mens te zijn en mijzelf beter te leren verstaan. Dat zorgt ervoor dat ik bijvoorbeeld niet meer in de valkuilen stap zoals ik vroeger wel deed. In mijn ogen is het voor iedereen waardevol. Of je werkloos bent, in de zorg werkt, bij de overheid of in het onderwijs, dat maakt niet uit.

Alle concepten en theorie die ik heb geleerd, had men mij ook kunnen uitleggen in een videofilm maar het gaat om de ervaring. Je leert door het te doen. Een inzicht is leuk, maar zodra je het niet in de praktijk brengt en je kunt er niet op reflecteren door jezelf af te vragen: wat zie ik mezelf doen? wat gebeurt er met mij? – dan blijft het een concept of een inzicht. Het coachen bij de Coaching Academy gaat daaraan voorbij. In het praktijkgerichte doen zich zoveel dingen voor waar je jouw eigen antwoord op moet zien te vinden en alleen dan kan je groeien. Wil je echt slagen maken dan moet je gaan zitten en in gesprek gaan met de ander. Dat maakt je goed in wat je doet. Dat kan alleen als je voorbij de theorie gaat. ♦