



Test uzelf: Hoe goed bent u als coach?

Hieronder vindt u tien stellingen. Onder iedere stelling staan twee tegengestelde uitspraken waarmee u de stelling kunt aanvullen. Geef op de schaal aan welke uitspraak het beste uw gedrag typeert. Omcirkel het daarbij behorende cijfer. Als beide uitspraken even sterk voor u opgaan, omcirkel dan het middelste cijfer.

Stellingen

1 | Als een leerling met een probleem bij mij komt, help ik hem

Door de juiste oplossing aan te dragen	1	2	3	4	5	Door hem zelf aan het denken te zetten
--	---	---	---	---	---	--

2 | Als een leerling met een probleem bij mij komt, help ik hem

Zijn doel te formuleren	1	2	3	4	5	Door hem zo snel mogelijk te voorzien van relevante informatie
-------------------------	---	---	---	---	---	--

3 | Als een leerling weerstand vertoont, dan

Laat ik hem zijn hart luchten	1	2	3	4	5	Laat ik hem verantwoordelijkheid nemen voor een oplossing
-------------------------------	---	---	---	---	---	---

4 | Als een leerling weerstand vertoont, dan

Vraag ik waar hij zelf invloed op kan uitoefenen	1	2	3	4	5	Probeer ik te achterhalen waardoor zijn weerstand veroorzaakt wordt
--	---	---	---	---	---	---

5 | Als een leerling zegt dat hij het probleem niet kan oplossen wegens tijdsgebrek of andere belemmeringen, dan

Vraag ik wat hem precies belemmert	1	2	3	4	5	Toon ik begrip en betrokkenheid
------------------------------------	---	---	---	---	---	---------------------------------

6 | Als een leerling zegt dat hij het probleem niet kan oplossen wegens tijdsgebrek of andere organisatorische belemmeringen, dan

Probeer ik inzicht te krijgen in de reeds ondernomen acties	1	2	3	4	5	Laat ik hem aangeven wie en wat in de organisatie moet veranderen
---	---	---	---	---	---	---

7 | Als een leerling onzeker is over zijn functioneren, dan

Vraag ik hem wat hem onzeker maakt	1	2	3	4	5	Geef ik hem raad en advies
------------------------------------	---	---	---	---	---	----------------------------

8 | Als een leerling onzeker is over zijn functioneren, dan

Leg ik hem precies de te nemen stappen uit	1	2	3	4	5	Laat ik hemzelf zijn opties verkennen en acties formuleren
--	---	---	---	---	---	--

9 | Als een leerling zich weinig verantwoordelijk voelt voor de samenwerking in het team dan

Laat ik hem de voordelen van teamsamenwerking benoemen	1	2	3	4	5	Laat ik hem reflecteren op zijn rol en bijdrage in de samenwerking
--	---	---	---	---	---	--

10 | Als een leerling zich weinig verantwoordelijk voelt voor de samenwerking in het team dan

Schets ik de noodzaak van samenwerking voor de organisatie	1	2	3	4	5	Laat ik hemzelf de noodzaak aandragen en verbeteracties opstellen
--	---	---	---	---	---	---

Uitslag

Neem de cijfers over in de tabel hieronder.

Let op: waar in de tabel '6-' staat, trekt u uw eigen cijfer van 6 af. Dat is de score die u invult. Voorbeeld: als u bij uitspraak 2 de 5 hebt omcirkeld, dan vult u in de tabel 1 in (immers $6 - 5 = 1$).

Stelling	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Score		6 -		6 -	6 -	6 -	6 -			

Totaal

Kijk op de volgende pagina voor de toelichting van uw uitslag.

U scoorde van 35 tot en met 50 punten?

U bent een goede coach. U beheerst alle coachingstechnieken in voldoende mate. U stimuleert de leerling tot het nemen van eigen verantwoordelijkheid, laat hem reflecteren op de huidige situatie en de mogelijkheden verkennen. Wat vindt uzelf van uw uitkomsten? Waar ziet u mogelijkheden of uitdagingen om uw vaardigheden te verbeteren? Om inzicht te geven in wat anderen wat uw coachingsvaardigheden vinden kan het voor u een uitdaging zijn om de test door uw leerling(en), uw collega's of uw leidinggevende te laten invullen. De uitkomsten geven u dan inzicht hoe uw omgeving uw stijl van coachen ervaart.

U scoorde van 26 tot en met 34 punten?

Uw coaching kan (op enkele onderdelen) beter. Kijk naar de scores in de test waar u laag scoorde. Wat wilt u met deze uitkomst(en)? Wat stel u zich hierbij tot doel? Verken de huidige situatie: wat levert uw huidige aanpak/gedrag op? Wat wilt u verbeteren in uw aanpak? Praat eens met een collega over deze uitslag en vraag om feedback. Door te reflecteren op uw eigen stijl van coachen, doelstellingen te formuleren en feedback te organiseren kunt u in korte tijd een stevige impuls aan uw coachingsvaardigheden geven. Een cursus coachen kan daarbij van een goede basis voorzien.

U scoorde 25 punten of minder?

U bent een matige coach. Kijk naar de items waarop u een lage score hebt. Herkent u de uitslag ook in de praktijk? Wat is de rode draad van uw aanpak? Kenmerkend voor uw aanpak kan zijn dat u met goede bedoelingen een leerling probeert bij te staan met raad en advies. Deze aanpak getuigt zeker van betrokkenheid, maar u stimuleert de leerling onvoldoende om zelf na te denken over de situatie, de opties die hij voor handen heeft en de acties die hij daarbij kan ondernemen om zijn problemen op te lossen. Een training kan u helpen om de basistechnieken van coachen onder de knie te krijgen.