

# ROLVERDELING COACH EN COACHEE

In dit document zet ik op een rij wat mijn rol als coach is en wat ik verwacht van degene die ik coach (coachee genaamd). Het wel of niet slagen van het coachingstraject hangt mede af van het bespreken van wederzijdse verwachtingen vooraf!

## Coach

Beiden verantwoordelijk voor hun eigen aandeel in het proces! Helpt de coachvraag helder te krijgen

- Leunt achterover.
- Stelt verdiepende vragen.
- Wil zelfreflectie bij coachee opgang brengen.
- Is procesbewaker.
- Stelt opties op in overleg met coachee.
- Daagt de coachee uit nieuw gedrag te tonen en hiermee te experimenteren.
- Is op zoek naar de vraag achter de vraag.
- Schept voorwaarden op te leren.
- Is de spiegel (geeft terug aan de coachee).
- Confronteert en daagt de coachee uit om uit de comfortzone te stappen.
- Geeft zelden advies.
- Zet modellen en vaardigheden in om de coachee in beweging te krijgen.

## Coachee

Heeft een duidelijke coachvraag.

- Is aan het werk (*met gespreksverslag, opdrachten, zelf gekozen doelen*).
- Zoekt zelf antwoorden.
- Wil leren reflecteren.
- Krijgt zijn proces steeds meer helder en neemt de regie.
- Maakt keuzes uit opties.
- Zoekt nieuw gedrag en gaat hier mee experimenteren.
- Krijgt steeds meer zicht op drijfveren en motivatie.
- Wil leren.
- Krijgt helder zicht op eigen gedrag.
- Is bereid om uit comfortzone te stappen.
- Wordt adviseur van eigen leven.
- Gaat aan de slag met aangeboden kennis.