



Intuitief coachen: kunst of kunde?

SANDRA MINNEE

Intuïtie is bezig aan een opmars. Er verschijnen steeds meer boeken over het professionele nut en gebruik van intuïtie. We kunnen zonder schaamte vertellen dat we hebben gehandeld naar aanleiding van een ingeving. Intuïtie hoort erbij, ook als we man zijn.

Ik ben blij dat intuïtie erbij hoort, vooral voor onze coachpraktijk. Want intuïtie, gedefinieerd als 'een weten dat niet op waarneembare gebeurtenissen of feiten is gebaseerd', kan ongelooflijk waardevol zijn. Het brengt ons rechtstreeks in contact met waar het werkelijk om gaat, waar de schoen wringt, hoe onlogisch op het eerste gezicht ook. De laatste jaren ben ik zelf steeds intuïtiever gaan werken. In 2009 schreef ik *Coachen met Creative Problem Solving*. Deze handleiding voor coachen met creatieve technieken is een boek met een bijzonder stringente structuur (die overigens altijd goed werkt). Tegenwoordig kijk en luister ik naar wat er op dit moment voor de coachee nodig is. De structuur van mijn coachsessies is globaal en de invulling vindt organisch plaats, nog steeds op basis van de zinnen, gebaren en gelaatsuitdrukkingen van mijn coachee. Daarbij put ik nog steeds uit een jarenlang opgebouwde gereedschapskist van methoden en technieken. Maar mijn leidraad is mijn intuïtie.

Hoe is dat mogelijk, hoe durf ik daar zo op te vertrouwen? En allereerst: hoe werkt intuïtie? Daarover zijn verschillende theorieën. De mijne is: wij maken via ons energieveld, dat elektromagnetisch, wetenschappelijk aangetoond en meetbaar is en dat zich in en rond ons lichaam bevindt (Hunt, 1989), contact met het energieveld van de coachee en pikken hieruit informatie op die zich nog niet via onze zintuigen kenbaar heeft gemaakt. We hebben niets gezien of gehoord, er is ons niets verteld wat ons deze informatie kan verschaffen. En toch valt ons een gedachte in, krijgen we een *in-geving* (onbekend door wie of wat), als het ware uit het Niets. Als we de kwantumfysica mogen geloven, is het Niets echter het Alles. Namelijk: het veld van informatie, waaruit alles in het universum bestaat

en die, in de vorm van trillingen met diverse frequenties, continu wordt uitgewisseld (Radin, 2009).

Vertrouwen op ingevingen

In een eerste coachsessie met een succesvolle manager (man) van 45 jaar, wiens coachdoel in het kort neerkwam op 'meer leren delegeren, minder controlfreak zijn' flitst opeens door mij heen 'driftige vader ... mishandeling?' In de intake was hierover niets ter sprake gekomen en we zijn net begonnen zijn familiegeschiedenis door te nemen. Ik heb hem niet ongemakkelijk zien verzitten, noch een trilling in zijn stem gehoord. Hij heeft 'een heel normale kindertijd' gehad, vertelt hij. En nu?

Sinds ik mijn intuïtie ben gaan ontwikkelen, vertrouw ik op mijn ingevingen, hoe absurd ze ook zijn. Intuïtieve ontwikkeling is immers het *her-inneren* van een vermogen dat we allemaal hebben en als kind ook allemaal hebben gebruikt: open en bewust in contact staan met ons eigen energieveld en dat van anderen. In onze cultuur verleren we die vaardigheid ten gunste van praten, denken en het vertrouwen op onze zintuigen en de feiten. Vergelijk het huidige wetenschappelijk paradigma: feitelijk waarneembaar, evidence based, empirisch aangetoond. Als je jezelf traint in het waarnemen van energie, zul je merken dat dit betrekkelijk gemakkelijk gaat. Gaandeweg krijg je weer toegang tot de onzichtbare informatie die in de energievelden is opgeslagen en hierbij put je uit een heel directe bron (László, 2005). Je leest als het ware achter de feiten, je komt bij de oorsprong van gevoelens, gedachten of gedrag. Een intuïtieve waarneming kan heel vreemd op je overkomen, juist



omdat het zo'n rechtstreekse waarneming is, voorbij de controle van de persoonlijkheid. Daarnaast neem je informatie van de ander waar en ken je zelf de context niet; voor de ander blijkt de informatie vaak niet absurd, maar juist heel betekenisvol, al kan die vergeten of verdrongen zijn uit het dagelijkse bewustzijn.

Enorme sprong

Het hoort bij een goede uitoefening van ons vak dat we ons bewust zijn van het risico van projectie of tegenoverdracht. Hoe spelen deze aspecten bij de inzet van intuïtie? In mijn ervaring is intuïtieve informatie er te direct en concreet voor en herken je het duidelijk als niet-eigen. Maar natuurlijk blijf je alert en check je je ingevingen. Hoe? Ik vertrouw mijn ingevingen absoluut, maar ik heb ook geleerd ze er niet stante pede letterlijk uit te flappen. Ik maak een aantekening in de kantlijn – ik houd het gegeven in mijn achterhoofd. In het eerder genoemde voorbeeld zal ik langer stilstaan bij het gedrag van en de relatie met de vader van de coachee dan ik anders had gedaan. Opvallend vaak komen er dan al zaken naar voren die in lijn liggen met mijn intuïtieve vermoeden en die de coachee zelf kunnen verbazen: 'Ik was dit allang vergeten, nu denk ik er pas weer aan.'

Zo nodig breng ik zelf mijn ingeving – en ook precies als dat wat het is, namelijk een ingeving – naar voren: 'Ik kan het niet verklaren, maar ik kreeg daarnet een ingeving dat jouw vader soms heel driftig kon worden ...?' En dan werk ik met de reactie van de coachee op mijn vraag en diep ik verder uit. Al te vaak heb ik gemerkt dat intuïtieve waarnemingen de vinger op de zere plek leggen en we een sprong maken in het coachtraject, vooral in de heling van oude pijn.

Is vertrouwen op ingevingen gerechtvaardigd? Is dat volgens een bepaalde methode te verdedigen? Niet anders dan 'mijn intuïtie' volgen. Is dat verkeerd? Maakt dat coaching op deze manier minder tot een vak? Ik kan me voorstellen dat er visies zijn die intuïtief coachen veroordelen als niet-vakmatig, want uiterst individueel bepaald, onvoorspelbaar, oncontroleerbaar en niet reproduceerbaar. Hoewel ze altijd beschikbaar is, volgt intuïtie immers geen script.

Maar hoe zit het dan met empathie? Een begrip waar ieder, de wetenschappelijke literatuur inclusief (Duncan, 2010), het over eens is als onontbeerlijk voor een goede uitoefening van het coachvak. Is empathie een procedure die je kunt volgen, of een individueel bepaald, oncontroleerbaar vermogen, waar de ene coach meer van heeft (ontwikkeld) dan de andere?

Dit brengt mij bij de hamvraag van ons vak: hoeveel kunst is het en hoeveel kunde? Voor mij is coaching zowel een kunst als een kunde. Waarbij de kunde – het beheersen van de methoden en technieken – een noodzakelijke voorwaarde is, en de kunst de werkelijk begaafde coach maakt. Gebruikmaken van de schat van intuïtie schaar ik nu nog onder kunst, maar het zou me niet verbazen als we het over enkele jaren tot kunde rekenen.



Verder lezen en surfen

- Boer, E. de (2014). *Professionele Intuïtie*. Amsterdam: Uitgeverij Boom Nelissen.
- Bolte Taylor, J. (2009). My Stroke of Insight. Geraadpleegd via: www.ted.com/talks/jill_bolte_taylor_s_powerful_stroke_of_insight
- Duncan, B.L., Miller, S.D., Wampold B.E. en Hubble, M.A. (2010). *The Heart and Soul of Change*. Washington: American Psychological Association.
- Hunt, V.V. (1989). *Infinite Mind, Science of Human Vibrations of Consciousness*. Malibu: Malibu Publishing Co.
- László, E. (2007). *Science and the Akashic Field*. Rochester, VT: Inner Traditions.
- Minnee, S. (2009). *Coachen met Creative Problem Solving*. Amsterdam: Uitgeverij Boom Nelissen.
- Radin, D. (2009). *The Conscious Universe: the Scientific Truth of Psychic Phenomena*. New York: Harper Collins.
- Talbot, M. (2011). *The Holographic Universe, the Revolutionary Theory of Reality*. New York: HarperCollins.

