



Actueel | Tijdens een symposium over online coaching, georganiseerd door de Universiteit Tilburg, bleek het maar weer eens. Online coaching is booming. Maar hoe doen we het en hoe gaan we het doen? In Tilburg ging het om diverse manieren van het inzetten van mail, chat en andere tools voor coaching via internet. Vooral de reacties van een jongere die een traject had gedaan was raak: eerst had zij geen zelfvertrouwen, nu wel.

Lees meer over het symposium op www.uvt.nl/ecoaching in het blog van Mirjam op www.mirjam.nu

Hoe gaat het met Mirjam.nu? | Heel goed, dank u! Er zijn maar liefst twee nieuwe websites en sinds begin dit jaar 10 nieuwe leden van het netwerk, dat nu een eigen forum heeft waarop iedereen direct met iedereen kan communiceren. Daarnaast is per 1 maart het professionele team actief, dat online coachingstrajecten aanbiedt aan de zakelijke markt. De leden van dit team hebben elkaar en zichzelf gedurende een aantal maanden klaargestoomd om kwalitatief hoogstaande coachingstrajecten te kunnen doen: snelle en effectieve coaching via email volgens de methode Mirjam.nu. En mocht het u interesseren: het merk Mirjam.nu is geregistreerd!

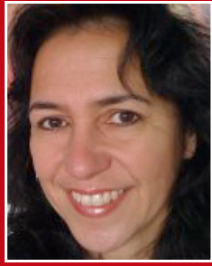
Aanbieding | Speciaal voor lezers van de nieuwsbrief: één week online coaching, en binnen drie maanden nog eens drie dagen online coaching cadeau! Normaal kost één week online € 750,-, de extra drie dagen om nog eens even scherp te stellen krijg je gewoon cadeau. Een prettig idee, nog even terug kunnen vallen op je eigen personal coach nadat je de leer- en ontwikkelpunten uit je eigen traject in de praktijk hebt gebracht.

Neem contact met ons op om te onderzoeken wat de mogelijkheden zijn! Deze aanbieding is geldig tot het verschijnen van de volgende nieuwsbrief, begin mei 2010.

Recensie Magazine Loopbaanvisie | Zes jaar geleden woonde ik een eerste bijeenkomst bij over certificering voor loopbaancoaches. En nu, in het eerste nummer van het nieuwe magazine Loopbaanvisie gaat het er nog steeds over. De certificering is er nog niet, daar wordt aan gewerkt, aldus de voorzitter van de Noloc. En er wordt in loopbaancoachingsland aan nog veel meer gewerkt, vooral op het gebied van kwaliteit en benadering van de wetenschappelijke wereld. Het gaat in de artikelen dan ook meestentijds over metin-

Vier vragen aan Mirjam Windrich

Je bent een van de eersten die is begonnen met online coachen. Kan je vertellen hoe je op het idee bent gekomen om met behulp van email te gaan coachen?



Op vele manieren had ik al ervaren hoe indringend schriftelijke communicatie kan zijn. In eigen briefwisselingen natuurlijk, maar ook in pilots die ik bij www.interapy.nl heb gedaan. Psychotherapie via internet kan, dus waarom coaching niet? En zo geschiedde...

Je hebt inmiddels veel online trajecten gedaan. Wat is voor jou het meest opvallend? Wat zie je iedere keer weer gebeuren in een traject?

De snelheid waarin mensen hun kern raken, door allerlei troebelheden heen breken, de waarheid onder ogen zien. De mentale kracht die het schrijven veroorzaakt. Ongelooflijk.

Wat is voor jou de belangrijkste succesfactor van het online coachen? Waarom geloof jij in deze methode? De combinatie van dagelijks schrijven, het schrijven zelf en de ijver van de coach. De cliënt werkt in steeds toenemender mate geconcentreerd aan zichzelf, daalt in zichzelf af. En dat in een gestructureerd traject.

Wat zijn de toekomstplannen van Mirjam.NU Professional Team?

We gaan ons richten op de zakelijke markt, met als doel mensen hun eigen krachten te kunnen laten bundelen en zelf verantwoordelijkheid te laten nemen voor wat ze doen. Dat werkt creativiteit in de hand en is goed tegen de passiviteit die veel te lang heeft geduurd.



gen, methoden, keurmerken, en bijvoorbeeld het doel om een leerstoel loopbaankunde te creëren. Een loffelijk streven, maar in deze gerichtheid op wetenschappelijkheid gaat er m.i. ook veel verloren. Er komt in het blad nauwelijks een cliënt aan het woord. Weliswaar wordt kwaliteit bepaald door bijvoorbeeld de mate waarin cliënten daadwerkelijk (nieuw) werk vinden, maar de vraag is ook of en in welke mate dat loopbaantraject daarin bepalend was. Dat weet de cliënt alleen en slechts een evaluatieformulier is niet genoeg om echt iets te kunnen meten.

Verder in het magazine een eerste artikel over online coaching: het onderzoek dat is gedaan naar chatcoaching. In het volgende nummer komen wij aan het woord over de methode Mirjam.nu.

Deze eerste editie bewijst wel dat er een beroepsgroep is ontstaan die zich als een razende ontwikkelt en daarover is veel interessants te melden. In de compacte glossy is verder veel informatie te vinden over het UWV, opleidingen, discussies en leergangen. Geïnteresseerd? Kijk op <http://www.loopbaan-visie.nl>

Klassieker | Als professional online coach gebruik je diverse methoden en technieken. Welke klassieker zou je weer eens onder de aandacht willen brengen?

We stellen de vraag aan Saskia Vlaskamp, lid van het professional team:

Het eerste dat in mij opkomt is het rollenspel dat we op de universiteit deden met behulp van de Bono's "Zes denkende hoofddeksels". Een simpele methode, die erg veel helderheid schept over denkprocessen. In teams maar ook bij individuen. Hilarisch om te doen, en ook goed te gebruiken online. Leg een cliënt eens uit welke kleuren hoofddeksels er bestaan en wat ze betekenen en laat hem eens zijn eigen argumenten ergens voor of tegen, hiermee categoriseren. En kijk dan nog eens naar de uitdagingen, gebruikmakend van alle verschillende kleuren hoofddeksels. Creativiteit gegarandeerd! Mooi om te gebruiken bij het nemen van een beslissing.

De officiële site van de Bono: www.edwarddebono.com

Ervaringen van een cliënt

Hoe heb je het traject, de online coaching van Nathalie, volgens de methode Mirjam.nu ervaren?

Ik vond de methode intensief, maar daardoor effectief. Het persoonlijke face-to-face contact heb ik niet gemist. Ik denk dat dit komt doordat de emails van Nathalie persoonlijk en direct waren. Zij schrijft goed met een vriendelijke toon. Haar vragen zijn scherp. Ik wist in het begin niet zo goed wat ik ervan verwachten kon en hoe ik het zou ervaren de sessies via de computer te doen, maar het is echt een goede methode gebleken.

Wat heeft het je opgeleverd? Kwam dat overeen met je verwachtingen die je eventueel van te voren had?

Het volgen van het traject heeft mij inzicht verschaft in de beperkingen die ik zag voor het nemen van de beslissing een nieuwe carrière te beginnen. Ik heb de beperkingen benoemd, weet waar ze vandaan komen en voor de meeste heb ik een oplossing gevonden. Van sommige beperkingen heb ik ingezien dat ze er gewoon zijn, en dat ik daarmee moet leren leven. Ik vind het ontzettend handig dat ik een lijvig document heb waarin ik alle "gesprekken" met Nathalie kan nalezen. Zoals gezegd, ik wist niet precies wat ik ervan kon verwachten, maar ik zat erg tegen een beslissing aan te hikken. Ik had niet gedacht dat ik na dit traject zo weloverwogen de beslissing kon nemen.

Kun je deze werkwijze vergelijken met andere manieren van hulpverlening, vanuit je eigen ervaring eventueel?

Ik heb een aantal sessies gehad bij een psycholoog. Ik miste daar erg de lijn van de gesprekken. Ik maakte geen aantekeningen, maar heb ook geen naslagwerk van de psycholoog gekregen. Je onthoudt wel de vragen die tijdens de sessies aan bod zijn gekomen, maar minder de antwoorden daarop. Na een tijd begon vond ik de sessies te lang duren met te weinig rendement. Ik vind het on-line coachen veel effectiever.