

# 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 goede 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 organisatorische 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 genomen stappen	1	2	3	4	5	Laat ik hem benoemen 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 goed 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 teamwork benoemen	1	2	3	4	5	Laat ik hem reflecteren op zijn rol 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 het bedrijf	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 achterzijde voor de toelichting van uw uitslag.



# Test uzelf: Hoe goed bent u als coach?

## 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 u zelf 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 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 stelt 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. De [basistraining voor praktijkopleiders](#) kan u helpen om de basistechnieken van coachen onder de knie te krijgen.