



lumn

Prof. dr. Yvonne Burger is deeltijdhoogleraar aan de VU, Center for Executive Coaching en werkt daarnaast als organisatieadviseur, toezichthouder en executive (team) coach. www.yvonneburger.nl

Mensbeeld

Wat is je mensbeeld? Welke vaak onbewuste, impliciete beelden, aannames en gedachten liggen ten grondslag aan je handelen? Hoe interpreteer je het gedrag van anderen? Een prachtige vraag aan coaches en therapeuten die kan helpen om je nog meer bewust te maken van hoe je dit vak uitoefent. En waarvan het antwoord te maken heeft met je opvoeding, je opleiding en de ervaringen die je tijdens je leven opdoet. Methoden uit de psychologie en uit de coaching zeggen vaak veel over de persoonlijkheid en het mensbeeld van de grondleggers ervan.

Grofweg kunnen we vijf 'mensbeelden' of benaderingen onderscheiden, namelijk de biologische benadering, de behavioristische benadering, de cognitieve benadering, de psychodynamische benadering en de humanistische benadering. De biologische benadering in de psychologie stelt het lichaam centraal. De rol van de omgeving wordt wel erkend, maar de betekenis van de omgeving en de invloed daarvan op ons gedrag wordt van minder groot belang geacht. Uitgangspunt in de biologische benadering is de nadruk op de rol van erfelijkheid en de fysiologische structuur: deze benadering stelt dus dat de persoonlijkheid erfelijk bepaald is. De behavioristische benadering benadrukt de rol van stimuli of prikkels in de omgeving als factoren die ons gedrag bepalen. De theorie gaat ervan uit dat de persoonlijkheid niet bestaat en dat al het gedrag bepaald wordt door ervaring. Dit gedrag kun je trainen. De cognitieve benadering houdt zich bezig met ons denken en de mentale processen die daarmee verband houden. Deze theorie gaat ervan uit dat we onze ervaringen actief interpreteren en dat we mentale schema's vormen van mensen en situaties. Erfelijkheid wordt een beperkte rol toebedeeld. In de psychodynamische benadering wordt al ons gedrag verklaard door aangeboren driften en omgevingsinvloeden, en vooral door ervaringen die we in onze kinderjaren opdoen. En de humanistische benadering, ten slotte, gaat ervan uit dat erfelijkheid en omgeving beide een rol spelen. Uitgangspunt in deze benadering is de behoefte aan zelfactualisatie: onze biologische drijfveer om onze mogelijkheden optimaal te benutten en onszelf te ontwikkelen. Dit proces wordt beïnvloed door cognitieve factoren en belevingsfactoren. En gedrag kan alleen worden begrepen in termen van de betekenis die een individu aan dit gedrag geeft. Een stroming waar ik me persoonlijk overigens goed bij thuis voel. Veel methoden en werkvormen in coaching zijn te plaatsen in een van deze stromingen, en tussen de stromingen was er lange tijd sprake van stevige competitie en wederzijdse oordelen. Nu het denken 'integratiever' wordt is er meer wederzijdse acceptatie van werkvormen en wordt er soms pragmatisch 'geshopt' uit verschillende benaderingen. Dat heeft voordelen maar ook risico's, immers: de effectiviteit van coaching en therapie wordt ook bepaald door het geloof van de begeleider in de eigen aanpak. En dit heeft mijns inziens te maken met bewustzijn van je eigen mensbeeld. Ik pleit daarom voor een stevige zelfreflectie op eigen aannames rond individuele verandering. En het afstemmen van je coachingsstijl op waar je werkelijk in gelooft als begeleider. Als dit integratief is: prima. Maar al te eclecticisch of 'zomaar wat proberen' om te onderzoeken wat er werkt bij een bepaalde cliënt is mijns inziens weinig professioneel. ■