

Oplossingsgericht coachen

Vragen bij een veranderbehoefte

1. Wat wil je veranderen?
2. Wat wil je daarin bereiken?
3. Als het ideaal 10 is en niks van dit ideaal is 0, waar sta je dan nu? Oké een .. prima, hoe ben je tot .. gekomen?
4. Hoe heb je eerder iets soortgelijks voor elkaar gekregen? Wat deed je toen?
5. Welke kleine stap zou je nu kunnen nemen?

Vooruitgang monitoren

6. Wat is er gelukt?
7. Wat zou je nog meer willen bereiken?

praktischopweg.nl/downloads

Oplossingsgericht coachen

Vragen bij een probleemstelling

1. Tegen welk probleem loop je nu aan?
2. Hoe ziet de wereld eruit als dat probleem is opgelost?
3. Als de volledige oplossing een 10 is en het volle probleem is 0, waar sta je dan nu?

Oké een .. prima, hoe ben je tot .. gekomen?

4. Wanneer had je minder last van het probleem? Wat deed je toen?
5. Welke kleine stap zou je nu kunnen nemen?

Vooruitgang monitoren

6. Wat is er gelukt?
7. Wat zou je nog meer willen bereiken?

praktischopweg.nl/downloads

Oplossingsgericht coachen

Vragen bij een veranderbehoefte

1. Wat wil je veranderen?
2. Wat wil je daarin bereiken?
3. Als het ideaal 10 is en niks van dit ideaal is 0, waar sta je dan nu? Oké een .. prima, hoe ben je tot .. gekomen?
4. Hoe heb je eerder iets soortgelijks voor elkaar gekregen? Wat deed je toen?
5. Welke kleine stap zou je nu kunnen nemen?

Vooruitgang monitoren

6. Wat is er gelukt?
7. Wat zou je nog meer willen bereiken?

praktischopweg.nl/downloads

Oplossingsgericht coachen

Vragen bij een probleemstelling

1. Tegen welk probleem loop je nu aan?
2. Hoe ziet de wereld eruit als dat probleem is opgelost?
3. Als de volledige oplossing een 10 is en het volle probleem is 0, waar sta je dan nu?

Oké een .. prima, hoe ben je tot .. gekomen?

4. Wanneer had je minder last van het probleem? Wat deed je toen?
5. Welke kleine stap zou je nu kunnen nemen?

Vooruitgang monitoren

6. Wat is er gelukt?
7. Wat zou je nog meer willen bereiken?

praktischopweg.nl/downloads

Oplossingsgericht coachen

Luisteren - Leo Buscaglia, psycholoog (1924-1998)

Als ik je vraag naar mij te luisteren en jij begint mij adviezen te geven, dan doe je niet wat ik je vraag.

Als ik je vraag naar mij te luisteren en jij begint mij te vertellen, waarom ik iets niet zo moet voelen als ik voel, dan neem jij mijn gevoelens niet serieus.

Als ik je vraag naar mij te luisteren, en jij denkt dat jij iets moet doen om mijn problemen op te lossen, dan laat je mij in de steek, hoe vreemd dat ook mag lijken.

Dus alsjeblieft, luister alleen maar naar me en probeer me te begrijpen.

En als je wilt praten, wacht dan even en ik beloof je dat ik op mijn beurt naar jou zal luisteren.

Filmpje oplossings-gericht coachen:
<http://www.praktischopweg.nl/621>



[praktischopweg.nl/downloads](http://www.praktischopweg.nl/downloads)

Oplossingsgericht coachen

Luisteren - Leo Buscaglia, psycholoog (1924-1998)

Als ik je vraag naar mij te luisteren en jij begint mij adviezen te geven, dan doe je niet wat ik je vraag.

Als ik je vraag naar mij te luisteren en jij begint mij te vertellen, waarom ik iets niet zo moet voelen als ik voel, dan neem jij mijn gevoelens niet serieus.

Als ik je vraag naar mij te luisteren, en jij denkt dat jij iets moet doen om mijn problemen op te lossen, dan laat je mij in de steek, hoe vreemd dat ook mag lijken.

Dus alsjeblieft, luister alleen maar naar me en probeer me te begrijpen.

En als je wilt praten, wacht dan even en ik beloof je dat ik op mijn beurt naar jou zal luisteren.

Filmpje oplossings-gericht coachen:
<http://www.praktischopweg.nl/621>



[praktischopweg.nl/downloads](http://www.praktischopweg.nl/downloads)

Oplossingsgericht coachen

Luisteren - Leo Buscaglia, psycholoog (1924-1998)

Als ik je vraag naar mij te luisteren en jij begint mij adviezen te geven, dan doe je niet wat ik je vraag.

Als ik je vraag naar mij te luisteren en jij begint mij te vertellen, waarom ik iets niet zo moet voelen als ik voel, dan neem jij mijn gevoelens niet serieus.

Als ik je vraag naar mij te luisteren, en jij denkt dat jij iets moet doen om mijn problemen op te lossen, dan laat je mij in de steek, hoe vreemd dat ook mag lijken.

Dus alsjeblieft, luister alleen maar naar me en probeer me te begrijpen.

En als je wilt praten, wacht dan even en ik beloof je dat ik op mijn beurt naar jou zal luisteren.

Filmpje oplossings-gericht coachen:
<http://www.praktischopweg.nl/621>



[praktischopweg.nl/downloads](http://www.praktischopweg.nl/downloads)

Oplossingsgericht coachen

Luisteren - Leo Buscaglia, psycholoog (1924-1998)

Als ik je vraag naar mij te luisteren en jij begint mij adviezen te geven, dan doe je niet wat ik je vraag.

Als ik je vraag naar mij te luisteren en jij begint mij te vertellen, waarom ik iets niet zo moet voelen als ik voel, dan neem jij mijn gevoelens niet serieus.

Als ik je vraag naar mij te luisteren, en jij denkt dat jij iets moet doen om mijn problemen op te lossen, dan laat je mij in de steek, hoe vreemd dat ook mag lijken.

Dus alsjeblieft, luister alleen maar naar me en probeer me te begrijpen.

En als je wilt praten, wacht dan even en ik beloof je dat ik op mijn beurt naar jou zal luisteren.

Filmpje oplossings-gericht coachen:
<http://www.praktischopweg.nl/621>



[praktischopweg.nl/downloads](http://www.praktischopweg.nl/downloads)