



Patronen herkennen en vervolgens doorbreken om resultaat te boeken

DE 9 KERNCOMPETENTIES VAN DE PERFORMANCE COACH

Als zelfstandig coach of ondernemer in de fitnessbranche wil je graag op eigen benen staan en van je specialisme kunnen leven, wat echter op de een of andere manier niet lukt. Waar loop je vast? “Velen denken dat ze informatie en inzichten missen, maar de oorzaak ligt in 99 procent van de gevallen bij de persoon zelf,” zegt Tommy Kruizinga van Inner Stance. “Om echte impact te maken op je cliënten, zul je jezelf eerst moeten ontwikkelen tot Performance Coach. Daarvoor heb je negen kerncompetenties nodig.”

Tekst: Aart van der Haagen - Fotografie: Inner Stance

Inner Stance, een bedrijf dat professionals in verschillende branches traint op resultaatgericht ondernemen en het realiseren van een krachtig leven, focust zich volgens Kruizinga nadrukkelijk niet op het aanreiken van kennis. “Het draait om de persoon zelf; informatie en inzichten vind je overal op internet wel. Het falen of slagen van je business heeft alles te ma-

ken met je houding: wie je bent. Wij werken met clubeigenaren en freelancers, waarbij we de focus leggen op drie disciplines: ondernemen, impact maken en financieel welzijn. Hoe stel je nou effectieve programma's en trajecten samen om klanten aan je te binden? Hoe zorg je ervoor dat je impact maakt en je onderscheidt? Met ons Performance Project gaan wij op zoek naar

de oorzaken, naar de kern van dat je je doelen wilt bereiken, maar het toch niet voor elkaar krijgt. Waar zitten blokkades? Wat moet uit de weg geruimd worden?”

Excuses

Kruizinga maakt het tastbaar. “Je weet hoe het zou moeten: de telefoon pakken om leads te genereren, de baan op gaan om afspraken te maken. Toch blijft het elke keer liggen, doordat je je beperkt tot een comfortabele strategie, zoals alleen even appjes sturen. Mensen zoeken naar excuses, naar redenen waarom iets niet hoeft. ‘De tijd zit tegen’, ‘dit is niet mijn sterkste kant,’ noem maar op. Aannames ontwikkelen zich tot feiten. ‘Dan loop ik te bedelen’, ‘ze zullen wel nee zeggen.’ Je kunt echter alleen het verschil maken als je werkt aan een krachtige houding bij jezelf. Neem verantwoordelijkheid, geef ruimte aan het besef dat als je resultaat wilt bereiken, je het werk ervoor moet

verrichten. Je doet dus een commitment aan jezelf, waarbij je het verschil zult gaan zien tussen leuk en waardevol. Welk beroep je ook beoefent, je ontkomt er niet aan dat er minder aantrekkelijke kanten aan zitten. Die horen erbij en je kunt ze niet negeren, wil je een succesvol businessmodel als zelfstandige opbouwen. Het gaat erom dat je een unieke positie verwerft in je eigen branche.”

Op basis van eigen inzichten ontwikkelde Inner Stance een trainingsprogramma voor Performance Coaches, gebaseerd op negen menselijke kerncompetenties. “Ze zijn nauw met elkaar verweven en noodzakelijk om als ondernemer en als coach impact te kunnen maken,” aldus Kruizinga. Hij zet ze hieronder uiteen.

- Eerlijkheid. “Je zegt dat je van alles doet, bijvoorbeeld acquisitie of acties verzinnen, maar vaak blijft het in oppervlakkige ‘feel good actions’ hangen. Mensen maken dingen mooier om er goed uit te zien en zichzelf een goed gevoel aan te praten. Tachtig procent van wat er uit onze mond komt vormt een leugen, omdat we geen gezichtsverlies willen lijden, ook niet tegenover onszelf. Wees radicaal eerlijk richting jezelf. Alleen dan kun je correcties maken en de resultaten realiseren die je voor ogen hebt, om daarna je cliënten te helpen hetzelfde te doen. Het begint bij jou.”

- Skills. “Beschik je over de vaardigheid om met anderen in gesprek teneinde significante gewenste resultaten te creëren? Leer te zien wat je eerst niet zag van jezelf. Je zit in een slachtofferpositie, terwijl je ook de verantwoordelijkheid had kunnen nemen om contacten te leggen en programma's te verkopen. Beschrijf je iets of verklaar je iets echt? Maakt het onderscheid tussen niet willen en niet kunnen. Met de juiste skills weet je op te sporen waar het stagneert.”

- Commitment. “Doe jezelf harde toezeggingen, ook al voelt het soms onwennig en oncomfortabel. De Performance Coach past zijn gedrag en acties aan op resultaat.”

- Inner stance. “Daarmee bedoelen we het vermogen en de bereidheid om continu een krachtige houding aan te nemen, van waaruit je handelt. Dat kun je op elk moment van de dag beslissen. Je bent dus in control over je eigen gedrag.”

- Financieel welzijn. “Feitelijk vormt dat het resultaat van de waarde die je genereert, van



de impact die je creëert. Als je iets onderscheidends biedt dat echt wat toevoegt voor je klanten, vinden zij het geen probleem om er wat meer in te investeren of er wat verder voor te rijden. Dan vormt de prijs geen belemmering.”

- Netwerken. “Dat betekent proactief relaties onderhouden en onderzoeken waar de doelgroep zich bevindt. Leg je focus op mensen die daartoe voldoende middelen hebben en bereid zijn te investeren. Wij noemen dat de categorie ‘highly committed’. Daaruit haal je veel meer rendement dan bij ‘average’, ‘highly motivated’ en ‘driven’. Die laatste doelgroep redt zichzelf wel.”

- Communicatie. “Dat vereist nauwkeurige vaardigheden. Taal en effectieve feedback laten zien waar mensen zichzelf voor de gek houden. Ben je echt in staat te spreken vanuit verklaringen? Dus dat je aan het eind van het tweede kwartaal omzet X wilt behalen. Met taal creëer je toekomst, leg je iets vast waaraan je je committeert, waarmee je jezelf in actie brengt.”

- Observeren. “Signaleer zwak gedrag, zelfbedrog en zorg ervoor dat je daar anderen effectief mee laat omgaan. Je kunt pas veranderen als je de excuses wegneemt: ‘Bij mooi weer komen er geen mensen naar de club’, ‘gezond eten is voor ons gezin moeilijk.’ Mensen beschouwen excuses als een waarheid.”

- Voorbereiding. “Ga niet zomaar een gesprek of een training in, maar bereid je terdege voor. Als je je bekwaamt, word je beloond in het speelveld. Oefen telkens opnieuw je competenties. Denk niet: ‘Ik ben er.’ Het blijft een kwestie van trainen, studeren, meters maken.”

Webinars

Periodiek organiseert Inner Stance het Performance Project, een serie webinars in tien opeenvolgende sessies van een uur, telkens op de donderdagmiddag. De eerstvolgende reeks start op 2 september. Kruizinga: “Iedere aflevering zoomen we in op één van de negen kerncompetenties, waarmee je na afloop direct aan de slag kunt. Het is kosteloos, maar niet gratis: je betaalt namelijk met je aandacht. Dit doe je niet vrijblijvend voor de fun, maar om resultaat te creëren. Krijg je honger naar meer, naar een verdiepingsslag, dan nodigen we je graag uit voor een drie-urige Performance Sessie bij ons op kantoor. Vervolgens kun je je inschrijven voor ons Fundament Programma, dat je in drie maanden opleidt tot een Personal Coach, met actieve feedback. Beheers je eenmaal de negen kerncompetenties en blijf je er zelf mee oefenen, dan heb je daar je hele leven plezier van en zul je er veel resultaat uit halen, als fundament voor een duurzaam businessmodel.”

Meer informatie: www.innerstance.com