

De maatschappelijke relevantie van coaching voor werkenden en organisaties

Coaching is een begeleidingsvorm die ingezet wordt om zelfgerichte verandering te faciliteren, met het uiteindelijke doel om het functioneren en algemeen welbevinden te vergroten. Dat klinkt veelbelovend, echter wat is die daadwerkelijke meerwaarde van coaching voor werkenden en organisaties? Hierbij de drie belangrijkste resultaatgebieden:

1. Mentale gezondheid op het werk

Onderzoek laat zien dat een slechte mentale gezondheid op het werk een werkgever in Europa jaarlijks ongeveer tussen de 1600 en 2000 euro per werknemer kost. Het onderzoeksrapport van Mind Matters (2021) geeft aan welke programma's door organisaties worden ingezet om de mentale gezondheid van werknemers te verbeteren. Ook coaching wordt daarbij genoemd. Het vergroten van persoonlijke veerkracht is een essentieel onderdeel om mentale gezondheid van mensen te vergroten. Coaching lijkt een wezenlijke bijdrage te leveren aan het vergroten van de persoonlijke veerkracht, zo blijkt ook uit ander wetenschappelijk onderzoek.

2. Burn-out voorkomen en werk-privé balans verbeteren

Uit een rapport van TNO dat gegevens bevat over de jaren 2014 tot en met 2018 blijkt dat het aantal mensen dat burn-outklachten rapporteert in die jaren is toegenomen. In 2018 bleek 16,4% van de mannelijke werknemers en 18,1% van de vrouwelijke werknemers enkele keren per maand of vaker klachten te ervaren, die kunnen leiden tot een burn-out.

Die toename in burn-out klachten lijkt met name te komen doordat mensen meer plaats onafhankelijk zijn gaan werken. De huidige 24-uurssamenleving heeft tot gevolg dat de grenzen tussen werk en privé steeds meer vervagen. Uit onderzoek van Hays Netherlands onder 1054 werknemers bleek dat 61% van de werknemers aangaf dat de werk-privé balans belangrijker is geworden en ruim 31% gaf daarnaast aan dat ondersteuning voor het fysieke en mentale welzijn voortaan een prioriteit is.

Uit de NOBCO-benchmark van 2020 bleek eveneens dat maar liefst 77% van de coachvragen te maken heeft met de werk-privé balans. Dat coaching kan bijdragen aan de voorkoming van burn-out blijkt uit verschillende wetenschappelijke onderzoeken. Ook zijn er aanwijzingen dat coaching een positieve bijdrage levert aan het verbeteren van de werk-privé balans.

3. Betrokken en productieve medewerkers

Verbeterd team functioneren, hogere medewerkersbetrokkenheid en verhoogde productiviteit zijn volgens jaarlijks terugkerend onderzoek van Human Capital Institute in samenwerking met ICF (International Coaching Federation Netherlands) de meest genoemde effecten van coaching binnen bedrijven. Eerder bleek al dat de top 5 redenen om externe coaches in te zetten in bedrijven zijn: leiderschapsontwikkeling, verbetering van de communicatieve vaardigheden, verbetering van samenwerking in teams, verbetering van beslissingsprocessen en de toename van productiviteit. Wetenschappelijk onderzoek laat ook zien dat coaching zaken als werkprestaties en organisatiebetrokkenheid verhoogt.

Conclusie

De meerwaarde van coaching is terug te zien op verschillende vlakken. Grotendeels zit de meerwaarde in het verbeteren van de mentale gezondheid van werknemers waardoor zij zakelijk en privé meer in balans gaan presteren. Daarnaast kan coaching leiden tot meer betrokken werknemers. Wil je gebruikmaken van coaching? Kies dan voor een gecertificeerde coach die is aangesloten bij een beroepsorganisatie zoals NOBCO. Wij wensen je veel sterkte met de ontwikkeling van jezelf, je collega's en jouw organisatie!

Hartelijke groet,
NOBCO Bestuur



Deze tekst is gebaseerd op het whitepaper "Coaching in een intransparante markt" dat tot stand kwam door samenwerking tussen NOBCO en ICF Netherlands. De bronnen uit bovenstaande tekst zijn in het whitepaper terug te vinden.

Download:

<https://www.nobco.nl/files/pages/2022/04/icf-nobco-whitepaper-nl-coaching-intransparante-markt-27jan22.pdf>