



## Jera: een persoonlijk alternatief voor supervisie en loopbaanadvies

Het uitzicht vanuit de stoel van de cliënt is wijds en rustgevend: een mooie tuin, daarachter groen grasland en in de verte een bosje met markante oude bomen. Als vanzelf wordt je blik naar buiten gericht. 'De plek van die stoel is bewust gekozen', legt Bas Lokerse, directeur van Jera, Buro voor supervisie, loopbaanadvies en training, uit. 'Evenals de locatie en inrichting van dit kantoor: rust, ruimte en licht. Alles hier is erop gericht de cliënt een vertrouwde, prettige en tevens inspirerende omgeving te bieden, maar ook weer geen huiskamer. Het persoonsgerichte contact is de belangrijkste factor in deze ruimte en die is heel menselijk en informeel. En dat is ook de basis van mijn werkwijze.'



Jera is dertiende letter van het runenalfabet en staat symbool voor oogst, vruchtbaar jaargetijde en een cyclus. Bas licht de achtergrond van zijn bedrijfsnaam toe: 'Die symbolen passen feilloos bij het werk dat ik uitvoer en is herleidbaar in sleutelwoorden als: voorbeelden, studie, zelfverbetering en kennis verwerven, binnen een tijdspanne. Jera kwam onder mijn aandacht toen ik, bij de oprichting van mijn bureau in 1995, een naam zocht en uit een zak runenstenen een letter trok. Ik wist gelijk dat deze naam alles omvat wat mijn bedrijf inhoudt en de wijze waarop ik werk. Ik werk bewust alleen, maar als de situatie erom vraagt kan ik een beroep doen op een netwerk van deskundigen in andere disciplines als een psycholoog, een arbeidsdeskundige en een therapeut. Dat ik alleen werk heeft als voordeel dat mijn cliënten altijd met mij te maken hebben en dat maakt de begeleiding heel persoonlijk.'

Veel van mijn cliënten komen uit het onderwijs, maar ik krijg ook regelmatig mensen uit de welzijnshoek, de gezondheidszorg en de zakelijke dienstverlening. Daarnaast krijg ik cliënten via het UWV voor een IRO traject en, omdat ik geregistreerd supervisor en leersupervisor ben, verzorg ik ook nog leersupervisie aan supervisors in opleiding.'

### Werken vanuit het hier-en-nu

'Ik onderscheid me van andere loopbaanbegeleiders en supervisors door te werken vanuit twee geïntegreerde peilers: de supervisiemethodiek en de Gestaltmethodiek. De supervisie richt zich daarbij op de organisatie en de functie die de persoon daar heeft. Gestaltmethodiek gaat uit van het holistische mensbeeld, de ervaring in het hier-en-nu, in de praktijk van alledag waar de cliënt mee te maken heeft, zoals collega's, werksfeer, bedrijfs-cultuur et cetera', legt Bas uit.

'De aanpak, voortvloeiend uit deze methodieken, is dat ik werk vanuit het hier-en-nu, gewaarzijn, contact en contactonderbreking. Ik let niet alleen op dat wat iemand zegt, maar misschien nog wel meer op dat wat die woorden met hem doen. De non-verbale

communicatie die doorsijpelt in de woorden, waardoor een verhaal een geheel andere dimensie kan krijgen omdat onderliggende emoties een rol spelen.

Ik leer mijn cliënten bewust te worden van wat iets met hun doet, want vanuit die bewustwording ontstaat de mogelijkheid tot kiezen. Kunnen kiezen, daar gaat het om.

### Clënten over Jera:

'Bas is een uitstekende coach voor me geweest. Hij luistert heel goed, is geduldig, relateert en doet een appèl op je eigen inbreng in het veranderingsproces. Hij geeft je rust en ruimte, is nooit dwingend, maar soms wel confronterend en uitdagend. Bas is bovendien een goede gesprekspartner voor mensen die meer vragen hebben dan antwoorden.

Ik heb geleerd dat sommige zaken in het leven niet te veranderen zijn, die heb je te accepteren. Het heeft geen zin om ertegen te vechten. Door dit proces en deze bewustwording heb ik het gevoel veel volwassener in het leven te staan.'

Voor een effectieve werkwijze is een 'klik' met de cliënt heel belangrijk. Dat is voor mijn werkwijze een onontbeerlijke factor. Ik werk vanuit de veldtheorie. Stel je voor: een sessie met een cliënt. Mijn kantoorruimte is het veld. Mijn taak is dan tweeledig. Aan de ene kant breng ik het veld in beweging door mijn interventies, aan de andere kant heb ik ook de zorg voor wat er in het veld gebeurt. Ik ben onderdeel van dat proces. Ik ben 'er' voor de cliënt. Maar omgekeerd zal de cliënt ook verantwoordelijkheid moeten nemen voor zijn situatie en het proces. Dat is een essentiële voorwaarde om tot verandering te kunnen komen en dat is vaak hard werken.'



(foto's: Hans Banus, Stadskanaal)

### Cliënten over Jera:

'Allereerst was het persoonlijke contact met Bas heel prettig. Hij verstaat de kunst om mensen in hun waarde te laten, uit te dagen en zowel positief als kritisch naar zichzelf te laten kijken. Het programma Loopbaanbegeleiding, dat ik gevolgd heb, zit goed in elkaar, het materiaal is verzorgd en de opbouw in opdrachten is heel logisch en prettig. Bij het bespreken van de opdrachten stuurt Bas niet, maar hij geeft wel richting aan. Ik werd door deze manier van werken steeds een stapje verder gebracht in het denkproces over mijn loopbaan. Verder kreeg ik veel praktische tips bij het oriënteren op de arbeidsmarkt en het solliciteren. Nu, drie jaar later kan ik het programma zelfstandig ook nog eens doorlopen om balans op te maken.'

### Bewustwording en veranderproces

'Mensen die bij mij aankloppen voor begeleiding hebben uiteenlopende problematiek, maar ze hebben gemeen dat ze minder goed functioneren binnen het bedrijf of organisatie waar ze werken', vertelt Bas. 'Het verhaal van de cliënt is het vertrekpunt bij elke begeleiding. Hoe subjectief ook, het is zijn waarheid. Natuurlijk ben ik ook benieuwd naar het verhaal van de organisatie. Daarnaast probeer ik mij een beeld te vormen van de positie van de cliënt in de organisatie. Is er sprake van een laatste kans of liggen er nog voldoende mogelijkheden voor beter functioneren met wat hulp? Daarna gaan we het begeleidingstraject vaststellen. Dat kan een loopbaanreflectietraject zijn omdat iemand iets anders wil gaan doen. Of coaching of supervisie omdat iemand zich niet meer prettig voelt in zijn functie. Tijdens dit traject blijft de organisatie bij het proces betrokken. Uiteindelijk verandert de werknemer en die moet straks zijn plek binnen de organisatie weer terugvinden. De cliënt houdt echter wel de regie over de informatie die uitgewisseld wordt. Het doel van zo'n traject is dat de cliënt inzicht krijgt in zijn functioneren en zich bewust wordt van mogelijkheden en knelpunten. Het is in feite je eigen situatie onder ogen willen zien en van daaruit het besluit nemen of je en hoe je daarmee aan de

gang wilt gaan. Dit betekent kijken naar jezelf, durven loslaten en verantwoordelijkheid nemen voor je eigen situatie. Soms ook, vanuit bewustwording, leren accepteren dat een situatie of omstandigheid niet te veranderen is.'

### Bevrijdend

'Tijdens de begeleiding maak ik graag gebruik van metaforen', geeft Bas aan. 'Metaforen kunnen een situatie heel beeldend en helder maken voor een klant. De problematiek is soms heel abstract en de cliënt zit er middenin. Een metafoor kan dan concretiseren en simplificeren. Kan een verhaal ook heel dichtbij brengen. Ook om structuren en patronen binnen een grote organisatie bloot te leggen kan een metafoor handig zijn. Vooral als die structuur heel complex is waardoor je als individu soms je plaats niet meer weet. Soms maak ik gebruik van beeldend materiaal. Tekenen, schilderen, kleien enzovoorts. Woorden als uitingskanaal hebben beperkingen en soms is dan een vel papier en wat stiften heel bevrijdend. Wat net zo bevrijdend kan werken is humor. Niet zo verwonderlijk dus dat ik heel veel humor in mijn aanpak stop. Want simpelweg een lach kan zo ontzettend verlichtend zijn!'

### Cliënten over Jera:

'Bas geeft weinig adviezen of goede raad, maar leert je nadenken over jezelf en leert je je eigen oplossingen te vinden. Hij geeft mij de ruimte om bij mijzelf te komen, om vanuit mijzelf te ontdekken wat ik nodig heb. Daardoor heb ik meer zelfvertrouwen gekregen. Daarnaast ondersteunt hij me in het zoeken naar drijfveren in mijzelf en die ontdekkingen wil ik nu gaan omzetten in acties.'

Jera, Buro voor Supervisie, Loopbaanadvies en Training  
Semskade 14 t. 0599 61 50 69  
9503 RA Stadskanaal e. bas@jera.nl  
i. www.jera.nl