



Deloitte Legal Newsflash Greenille Private Client Team

Corona-Vakantie: vind een goede coach!

Het Coronavirus gaat niet onopgemerkt voorbij. Daarbij is er veel aandacht voor de economische en maatschappelijke effecten. Recente studies tonen de impact van het virus aan op ons welbevinden, zowel individueel als relationeel.

Ons leven is in veel opzichten ontregeld. Niets is nog helemaal als voorheen. Nieuwe regels maar ook allerlei onzekerheden: wat kan wel, wat is verstandig om al dan niet te doen? Dat geldt niet alleen in werkverband, maar ook bij familie en vrienden. Daarnaast biedt deze "nieuwe ruimte" ook tijd voor bezinning. Wat is er nu écht belangrijk? Waar liggen mijn prioriteiten? Wie ben ik? Waar wil ik voor staan? Voor de ene mens zijn deze vragen al makkelijker te beantwoorden dan voor een ander. Studies tonen aan dat in deze bizarre tijden het stressniveau bij vele mensen is toegenomen.

Deze vragen kunnen ook aan de grondslag liggen van relationele spanningen. Zo zagen we in april 2020 reeds een toename van ruim 30% van het aantal scheidingsaanvragen. Een periode intensief samen zijn met uw geliefde of gezin is initieel vaak leuk. Maar na een tijdje worden ook de kleine kantjes van de verschillende familieleden meer en meer zichtbaar. De frustratietolerantie wordt lager en er zijn weinig vluchtwegen. De verwachting is dat deze toename in scheidingen doorzet. Zeker in deze vakantieperiode; een klassieke tijd van bezinning en afscheid.

Nu Corona (tijdelijk) minder om zich heen woekert, is het tijd om te reflecteren en te leren van de voorbije periode: wat houden we vast van deze bijzondere periode? Op welk vlak wil ik niet meer terug naar "het oude normaal"? Hoe zorg ik voor meer balans in werk en privé? Hoe geven we vorm aan onze relatie? Willen we verder samen en hoe dan? Allerlei levensvragen stellen zich. Hoe gaat u daarmee om? Alleen en ook met elkaar? Met uw geliefde, uw gezin, uw zakelijke partners?

Wat is coaching en hoe werkt het?

Bij het zoeken naar antwoorden kan coaching zinvol zijn. Met coaching kan je werken aan je gedrag; zorgen dat het effectiever wordt. Verwar coaching niet met therapie! Die is nodig als er sprake is van een stoornis of een trauma.

Momenteel wordt er veel wetenschappelijk onderzoek gedaan rondom coaching en er zijn verschillende professionele organisaties (bijv. *European Mentoring & Coaching Council*) die streven naar verdere professionalisering en kwaliteitsbevordering. De effectiviteit van coaching wordt uiteindelijk door de cliënt bepaald. Vaak helpt daarbij de spiegel van een ander, een kritische vriend, iemand die je met de nodige humor en warmte durft te confronteren en uit te dagen. Feedback speelt hierin een cruciale rol.

Wetenschappelijke overzichtsstudies tonen aan dat coaching helpt op voorwaarde dat 'evidence based' wordt gewerkt. Een recent onderzoek vanuit KU Leuven toont echter aan dat veel coaches een zeer beperkt referentiekader hebben, beperkte vooropleiding en er soms deontologisch twijfelachtige praktijken op nahouden. Het is dan ook van cruciaal belang om een goede coach te vinden.

Ons aanbod

Het Family & Business Dynamics (FBD) team binnen Deloitte Legal bestaat uit ervaren psychologen en communicatie-experts. Zij zijn ingebed in het Greenille Private Client team en aldus geconnecteerd met andere professionals. Hoe wij onze samenwerking met advocaten en fiscalisten vormgeven in een geïntegreerde aanpak, leert u in onze 'Drie fasen van de familiale planning' in onze publicatie [Familiale Grammatica](#).

Wij gaan graag samen met u op pad om uw vragen te verkennen, u uit te dagen, en te werken aan het vergroten van uw persoonlijke effectiviteit en kwaliteit van leven, werken en relaties. We hebben een rijke ervaring in persoonlijke begeleiding van leden van ondernemende families. Vragen die bijvoorbeeld aan de orde komen:

- Wil ik in de toekomst actief zijn in het familiebedrijf?
- Hoe ga ik om met mijn dominante vader en hoe vaar ik mijn eigen koers?
- Hoe houd ik balans tussen ambities op het werk en mijn familie?
- Burn-out ligt op de loer; hoe zorg ik voor voldoende energiebronnen?

- Er is onenigheid in onze raad van bestuur: hoe ga ik daar best mee om?
- Mijn relatie zit in het slop. Zal ik gaan scheiden? Of kunnen we een andere manier van samenleven vinden?

Ons team biedt u professionele begeleiding bij reflectie en het maken van nieuwe stappen in frisse lucht.

Referenties

Henriques, P. L., Curado, C., & Matos, P. V. (2017). The warmth seed: long-term fruits of coaching. *Coaching: An International Journal of Theory, Research and Practice*, 10(1), 66-81.

Jones, R. J., Woods, S. A., & Guillaume, Y. R. (2016). The effectiveness of workplace coaching: A meta-analysis of learning and performance outcomes from coaching. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 89(2), 249-277.

Theeboom, T., Beersma, B., & van Vianen, A. E. (2014). Does coaching work? A meta-analysis on the effects of coaching on individual level outcomes in an organizational context. *The Journal of Positive Psychology*, 9(1), 1-18.

Rotheram-Borus, M. J., Swendeman, D., Rotheram-Fuller, E., & Youssef, M. K. (2018). Family Coaching as a delivery modality for evidence-based prevention programs. *Clinical child psychology and psychiatry*, 23(1), 96-109.

Contact

Dr. Katalien Bollen, Senior expert, Family & Business Dynamics, Tel: + 32 2 800 71 30, Email: kbollen@deloitte.com

Prof. Dr. Alain Laurent Verbeke, Family & Business Dynamics, Advocaat-vennoot/Avocat associé, Tel: + 32 2 738 06 50, Email: alaverbeke@deloitte.com



As a top legal practice in Belgium, Deloitte Legal - Lawyers is a full service business law firm, highly recommended by the most authoritative legal guides. Deloitte Legal - Lawyers is based in Zaventem, Watermael-Boitsfort, Antwerp, Ghent and Kortrijk. It consists of close to 150 highly qualified Bar-admitted lawyers. Deloitte Legal - Lawyers offers expert advice in the fields of banking & finance, commercial, corporate/M&A, employment, IT/IP, public/administrative, insolvency and reorganisations, real estate, EU law, tax law, tax & legal services for high-net-worth families & individuals (Greenille Private Client) and dispute resolution. Whenever required to ensure a seamless and comprehensive high-quality service, Deloitte Legal - Lawyers collaborates closely with other professions (e.g. tax, financial advisory, accountancy, consulting), and with a select group of law firms all over the world.

Deloitte Legal - Lawyers provides thorough and practical solutions tailored to the needs of clients ranging from multinational companies, national large and medium-sized enterprises, financial institutions, government bodies to private clients.

More information: www.deloittelegal.be

© 2020, Deloitte Legal – *Lawyers* - The content and layout of this communication are the copyright of Deloitte Legal – *Lawyers* or its contributors, and are protected under copyright and other relevant and intellectual property rights laws and regulations. No reproduction in any form or through any medium is allowed without the explicit consent of Deloitte Legal – *Lawyers* or its contributors.

[Subscribe](#) | [Unsubscribe](#)