

# EVIDENSBASERET COACHING

- SAMTALER BASERET PÅ  
DEN BEDST TILGÆNGELIGE VIDEN

VED FORMAND FOR SEBC, EBBE LAVENDT  
STIFTER@SEBC.DK, WWW.EVIDENSBASERETCOACHING.DK

## PROGRAM MV.

Der vil være en times forelæsning efterfulgt af en halv times diskussion

Du er velkommen til at stille afklarende spørgsmål undervejs

Kommentarer og spørgsmål, som kræver længere udredninger, må du gerne vente med til den afsluttende diskussion

Du kan downloade disse slides fra IFI's hjemmeside

EBBE LAVENDT

Formand for Selskab for Evidensbaseret Coaching (SEBC)

Uddannet cand.psych.

I gang med Master of Applied Positive Psychology (MAPP) ved University of Pennsylvania

Selvstændig erhvervspsykolog i virksomheden Reframe

Søger finansiering til et ph.d.-projekt om evidensbaseret coaching og positiv psykologi



ANTHONY GRANT

Der er større akademisk accept af coaching som noget seriøst

Forskningen i coaching er endnu i sin etableringsfase

Udtrykket evidensbaseret coaching blev skabt af Tony Grant med henblik på at skelne mellem

- Professionel coaching baseret på empirisk og teoretisk viden
- Coaching baseret på populærpsykologi – også kaldet cowboy coaching

Evidensbaseret coaching er:

"den intelligente og samvittighedsfulde brug af den bedst tilgængelige viden [fra gyldig forskning og praksis] til at træffe beslutninger om, hvordan man skal designe, implementere og udføre coachinginterventioner over for klienter og til at designe og undervise i coachtræningsprogrammer

GRANT & CAVANAGH, 2003

### EVIDENSBASERET COACHING



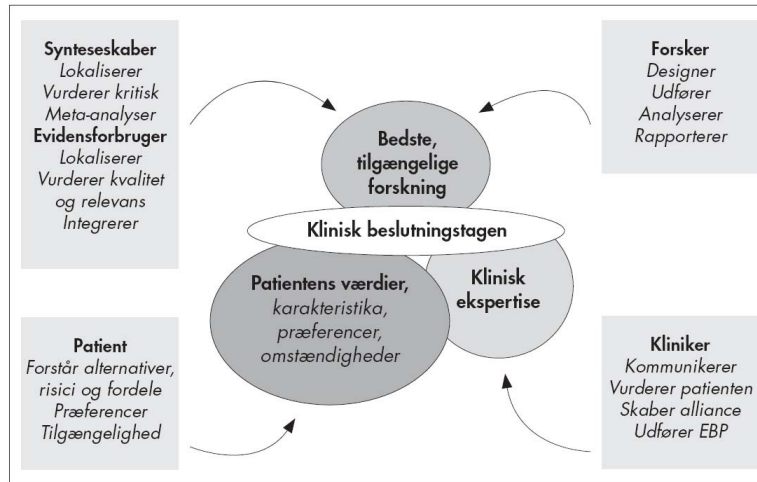
Evidensbaseret coaching kan beskrives som en trebenet skammel

Evidensbaseret coaching er coaching baseret på den 1) bedst tilgængelige forskningsbaserede viden, 2) kombineret med praktikerens ekspertise og 3) tilpasset den enkelte fokuspersons behov og præferencer

Alle tre elementer skal være til stede, for at man kan tale om evidensbaseret coaching

Når der i dag findes tilgængelig forskning i coaching, er det ikke tilstrækkeligt blot at basere en coachinguddannelse på teorier og/eller forskning i psykoterapi

# EVIDENSBASERET PRAKSIS



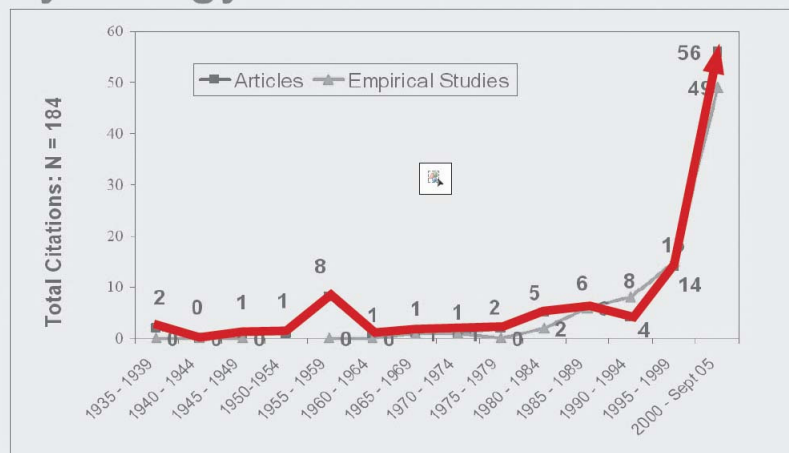
SPRING, 2007



The University of Sydney



## Psychology EBC Literature Overview



N = 184 since 1935

4

TIDSSKRIFTER

Coaching: An International Journal  
of Theory, Research and Practice

The Coaching Psychologist

International Coaching Psychology  
Review

International Journal of Coaching in  
Organizations

International Journal of Evidence  
Based Coaching and Mentoring

The International Journal of  
Mentoring and Coaching

“It’s the wrong  
evidence!”

CAROL KAUFFMAN

## EKSEMPEL PÅ EVIDENSHIERARKI

Tabel 1: Eksempel på evidenshierarki for vurdering af effektstudier (Efter (16) og (18))

NIVEAU	UNDERSØGELSESTYPE	EVIDENSKLASSIFIKATION
1	A Meta-analyser	Særlig god
	B Kvalitative systematiske reviews	
2	A Multicenterundersøgelser	God
	B Randomiserede, kontrollerede undersøgelser	
3	A Kontrollerede kohorteundersøgelser	Moderat
	B Andre prospektive, kontrollerede undersøgelser	
	C Andre kontrollerede undersøgelser, fx matchede case-kontrolstudier, før-efter-studier	
4	A Konsensuskonference	Moderat – ringe
	B Observationsundersøgelser, deskriptive undersøgelser	
	C Andre typer undersøgelser, fx interviewundersøgelser	
5	A Ekspertudsagn	Ringe
	B Case-studier	
6	C Anekdoter	Særlig ringe

*Yderligere kvalitetskrav:* Repræsentativ stikprøve; placebokontrol; blinding; klart definerede resultater, målt objektivt eller uafhængigt; klart definerede eks- og inklusionskriterier; acceptabelt frafald.

## KONTEKSTUEL TILGANG

Der findes to traditioner inden for evidens tilgangen. Den ene er orienteret mod statistik; mens den anden er mere pragmatisk. Evidensbaseret coaching hører til den sidste

Man arbejder væk fra en lineær tilgang med forskrifter som kogeboogscoaching, den medicinske model osv.

I stedet søger man at skabe en kontekstuel relevant coaching-tilgang

Det er det modsatte af "one size fits all"

EKSEMPEL PÅ IND-  
DRAGELSE AF DEN BEDST  
TILGÆNGELIGE VIDEN

Positiv psykologi er videnskaben om optimal menneskelig funktion – herunder optimal trivsel og præstation

Da coaching netop handler om at fremme trivsel og præstationer, er det oplagt at inddrage den nyeste forskning fra positiv psykologi

Det er det, der sker i SEBC på mange af vores kurser og på den Positiv Psykologiske Coaching-uddannelse

PUTTING  
BEST PRACTICES  
TO WORK FOR  
YOUR CLIENTS

**Evidence  
Based  
Coaching**  
HANDBOOK

Dianne R. Stober Anthony M. Grant  
*Editors*

Evidensbaseret coaching er ikke forbeholdt bestemte teoretiske tilgange

Evidensbaseret coaching henter inspiration mange steder fra

I dag bruges mange af de eksisterende psykologiske teorier til at beskrive og forklare coaching

Desværre er det frustrerende svært at finde gode teorier om coaching

Effekten af modeller er oftest baseret på anekdoter, personlige overbevisninger og blind optimisme



## FORDELE VED BRUG AF FORSKNING

Fejlagtige hypoteser og uvirksomme metoder kan droppes

De bedst dokumenterede metoder kan vælges til givne problemer

Effekten kan sandsynliggøres over for potentielle købere

Forbrugere kan føle sig mere trygge

Forsikringsselskaber foretrækker empirisk validerede metoder

Forskning kan give coachingbranchen større troværdighed

## EKSEMPLER PÅ KRITIK AF EVIDENSTILGANGEN

Det er et politisk spørgsmål, hvad der tæller som evidens

Der forskes mere i metoder end i klienter, coaches og deres samarbejdsforhold

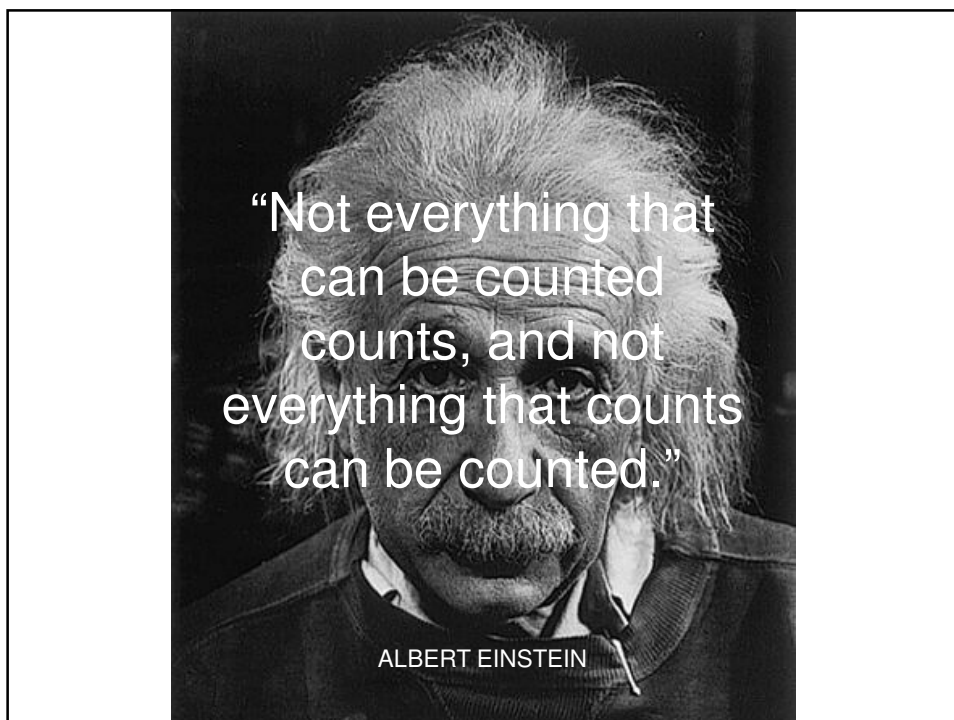
En lang række studier er af dårlig kvalitet

Forskere finder pudsigt nok, at deres foretrukne metode er bedre end andre metoder (forskerbias)

Mange laboratoriestudier har lav ekstern gyldighed

Evidenstilgangen kan komme til at skubbe andre tilgange ud





## HVOR GODT GÅR DET EGENTLIGT?

Coaching klart er ved at flytte sig væk fra pop-psykologien; men det er nødvendigt at være opmærksom på, at coaching ikke skifter fra at være pop-psykologisk til at blive pop-videnskabelig og derefter pseudo-videnskabelig

Pseudo-videnskab kan forstås som et forsøg på at opnå troværdighed og legitimitet, der ikke ville kunne opnås gennem egne meritter

I forhold til det amerikanske selvhjælps marked på 8 milliarder dollars årligt, kan vi forvente at se en øget markedstrend mod "troværdighed gennem associering med videnskab"

GRANT, 2007

## FORHOLDET MELLEM FORSKNING OG COACHING



Har du nogle spørgsmål eller nogle kommentarer?

Oplæg til dialog:

- Bør coaching overhovedet baseres på forskning? Kan coaches ikke bare nøjes med deres erfaringer?
- Hvordan kan forskning integreres i coaches' måder at arbejde på?
- Hvad kan coaches bruge en forankring i forskning til?
- Hvilken systematisk indsamlet viden har coaches brug for?

## HVORDAN KOMMER DU VIDERE?

### BØGER OG ARTIKLER

Stober, Dianne R.; Wildflower, Leni; & Drake, David (2006). Evidence-Based Practice: A Potential Approach for Effective Coaching. *International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring*, 4(1).

Stober, Dianne R.; & Grant, Anthony M. (red.) (2006). *Evidence-Based Coaching Handbook*. New York: Wiley.

Cavanagh, Michael; Grant, Anthony M.; & Kemp, Travis (red.) (2005). *Evidence-Based Coaching: Theory, research and practice from the behavioural sciences*. QLD: Australian Academic Press.

### HJEMMESIDER

Selskab for Evidensbaseret Coaching (SEBC), [www.sebc.dk](http://www.sebc.dk)

Positiv Psykologisk Coachinguddannelse,  
[www.evidensbaseretcoaching.dk](http://www.evidensbaseretcoaching.dk)

# TAK FOR I DAG!

Hvis du vil vide mere, så kontakt Ebbe Lavendt på mobiltelefon  
4044 4366 eller på e-mail adressen **stifter@sebc.dk**

Se også **[www.evidensbaseretcoaching.dk](http://www.evidensbaseretcoaching.dk)**