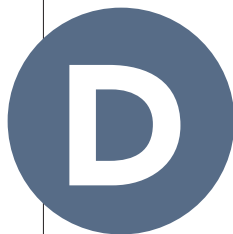


Provoceer eens

door Michael Bergman

Sommige cliënten slaan al je zorgvuldig overwogen adviezen in de wind, tonen nauwelijks veranderbereidheid, maar brengen wel psychosociale problemen in en eisen min of meer dat jij de situatie voor hen oplost. Hoe ga je daarmee om? Provocatief coachen is zeer effectief bij grote weerstanden tot verandering.



De grondlegger van het provocatief coachen, Frank Farrelly, was werkzaam in een psychiatrisch ziekenhuis. Hij begon steeds vaker te zeggen wat hij 'echt' dacht omdat hij gefrustreerd raakte omtrent het feit dat zijn cliënten niet vooruit kwamen. Zo gaf cliënt Bill continu aan dat hij hopeloos was en nooit in staat zou zijn om te kunnen veranderen. In het 91^{ste} gesprek zei Farrelly tegen hem: 'Ik ben het met je eens. Je bent hopeloos. Laten we dit vanaf nu de komende 91 gesprekken doen. Laten we het vanaf nu met jou eens zijn over jezelf.' Binnen enkele seconden begon Bill te protesteren. Hij voerde aan dat hij niet zo hope-

loos was, waardoor Farrelly alleen meer van zulke provocerende opmerkingen maakte. Dit leidde tot nog meer protest. Na zes van deze provocerende gesprekken besloot Bill het psychiatrisch ziekenhuis te verlaten. Deze ervaringen vormden de aanzet tot het ontwikkelen van provocatief coachen (Farrelly et al., 1974).

Dikke knipoog

Provocatief coachen is een uitdagende vorm van hulpverlening. Daarom wordt er van totaal andere principes uitgegaan dan de gebruikelijke. Zo heeft de provocatief coach een basishouding van acceptatie en waardering voor de cliënt, maar gebruikt binnen dit kader zowel humor als provocatie als interventie. Je speelt als het ware advocaat van de duivel. Een provocatief coach praat vaak op een plagende toon. Ongeveer zoals twee goede vrienden die elkaar uitdagen, en dit absoluut incongruent bedoelen.

'Wat je doet, is het protest van mensen naar boven halen door te heulen met de vijand: hun slechte zelfdestructieve gedrag. Humor is het grote smeermiddel, maar ik lach mensen niet uit, maar lach om de dingen waar ze zichzelf mee dwarszitten.', aldus Farrelly (Vendl, p. 84).

De interventies van het provoceren zijn gericht op de problemen (cognities en gedrag) van de cliënt, en het risico tot daadwerkelijk beledigen wordt ondervangen door het creëren van een kwalitatief goede hulpverleningsrelatie en de interventies te mengen met veel humor (Hollander, 2012). Alle provocerende interventies worden daarom ondersteund met een dikke knipoog.

PROVOCATIEF COACHEN IN NEDERLAND

Provocatief coachen is oorspronkelijk als therapievorm ontwikkeld. Onder andere Jaap Hollander ontwikkelde het verder als coachingsvorm. Jeffrey Wijnberg is door zijn vele media-optredens en boeken wellicht de bekendste vertegenwoordiger van het provocatief coachen binnen Nederland. Beiden zijn opleiders in het provocatief coachen bij het Instituut voor Eclectische Psychologie. Samen met Anneke Meijer zijn zij de enigen in Nederland die door de grondlegger als opleider provocatieve therapie zijn erkend. Vanuit de academische wereld is er steeds meer interesse om provocatief coachen verder te onderzoeken. Michael Bergman werkt samen met de vakgroep Levenslooppsychologie van de Open Universiteit aan een onderzoek naar de effectiviteit en werkzame mechanismen van het provocatief coachen.



Warm maar confronterend

Als je de ezel vooruit wilt laten lopen, moet je hem aan zijn staart trekken, zo luidt het provocatieve principe (Hollander & Wijnberg, 2006). De cliënt zal zich in tegengestelde richting bewegen wanneer hij of zij uitgelokt wordt door definiëring die de coach aan de cliënt geeft als persoon, aldus de grondlegger (Farrelly et al., 1974). Er zijn talloze voorbeelden van hoe je dit kunt doen.

Je kan een probleem bijvoorbeeld tot het belachelijke uitvergrooten of betwisten dat het überhaupt een probleem is. Je dwingt de cliënt daardoor min of meer om het probleem te verdedigen als een probleem of om juist toe te geven dat hij of zij het niet als zodanig ervaart. Waar zit dan de weerstand tot verandering? Wat weerhoudt iemand die het probleem steeds blijft poneren dan wel ervoor kiest om zich erbij neer te leggen? Natuurlijk vraagt deze werkwijze om vervolgenterventies om daadwerkelijke verandering bij de cliënt te faciliteren, maar vanuit bovenstaand principe werkt de provocatief coach voortdurend. Een ander voorbeeld is het overdrijven van het negatieve zelfbeeld van de cliënt. In reactie daarop begint de ander het doorgaans te nuanceren. De werkwijze van provocatief coachen leidt vervolgens tot belangrijke zaken als verantwoordelijkheid nemen, assertiviteit, realiteitszin en zelfwaardering. Provocatief coachen is warm, maar tegelijkertijd ook confronterend.

In het sociaal werk

Wanneer een empathische en voornamelijk ondersteunende wijze van hulpverlening vastloopt, kan ook het sociaal werk provocatief coachen inzet-

ten om doelgericht met het hulpverleningstraject verder te gaan. Het helpt en veel werkers ervaren het bovendien als leuk en bevrijdend, een bijkomend voordeel. Op dit moment zijn er drieënvijftig provocatieve interventies beschreven. Zo zijn er provocatieve reacties op het zelfbeeld, provocatieve conditionele reacties, provocatieve reacties op de hulpverleningsrelatie en bewuste strategische provocatieve patronen, om een aantal te noemen.

Contra-indicaties zijn suïcidaliteit en psychotische klachten, en er is voorzichtigheid geboden bij (recent) trauma en autisme.

Provocatief coachen vraagt wel van de hulpverlener dat acceptatie van het probleem ook een gewenste uitkomst is. Voor een provocatief coach is het om het even of de motivatie tot verandering toeneemt, dan wel de cliënt ervoor kiest om het probleem te accepteren. Dit blijkt ook uit onderstaande casus.

‘Niet willen weten’

Een veel gehoorde klacht van cliënten is dat zij ‘niet weten’ wat er precies speelt in hun leven, maar dat zij wel toenemende spanning ervaren. Vanuit het provocatieve perspectief moet ik daar altijd om lachen. Ilona is een getrouwde vrouw met vier kinderen die niet begrijpt waarom zij last van woede-uitbarstingen heeft jegens haar man. Mogelijke oorzaken kunnen echtelijke ontrouw, afreageren van spanningen of de slechte opvoeding van de kinderen zijn. Wat is het toch? Interessant is dat zij hiervoor een beroep op mij doet, alsof ik in mijn glazen bol kan zien wat er speelt. Er zijn genoeg redenen om niet te kijken naar wat er echt speelt: uit zelfbescherming of omdat ‘wel weten’ impliceert dat er stappen gezet dienen te worden en oplossingen veroorzaken altijd weer nieuwe problemen. Een provocatief coach vindt daarom het ‘niet weten’ een veel betere optie dan het ‘wel weten’ en doet er alles aan om het zo te houden. In plaats van Ilona te helpen zoeken naar de reden van haar stress, ga ik het ‘niet weten’ als een prima houding beschouwen en met argumenten verdedigen. Of ze zich daar dan vervolgens tegen verzet of het juist accepteert, is aan haar. ●

Michael Bergman is maatschappelijk werker en psycholoog. Hij werkt als psycholoog bij Antes in Rotterdam.

Bronnen

- Farrelly, F., & Brandsma, J.M. (1989). *Provocative Therapy*. Capitola: Meta Publications.
- Hollander, J. (2013). *Provocative Coaching*. Carmarthen: Crown House Publishing.
- Vendl, A. (2017). *U lijkt me een vrij hopeloos geval*. Zaltbommel: Uitgeverij Thema.
- Wijnberg, J., & Hollander, J. (2006). *Provocatief coachen: de basis*. Schiedam: Scriptum.