

Provocatief coachen en improvisa

PLAGEN, SARREN EN TOCH TEVRED



Ik wil voorlopig niet nog meer modellen aanleren, in het belang van mijn cliënten. Steeds weer worden ze met milde hand door de Roos van Leary geleid, geconfronteerd met Ofmans valkuilen en allergieën en langs de Kolb-route tot leren aangezet. Maar ze verdienen meer dan mijn empathische en zachtmoedige confrontaties. Want waar blijft het andere deel van mij? Mijn cliënten willen ook door mij worden beledigd, uitgedaagd en 'hard' aangepakt. Maar dat doe ik niet zo makkelijk.

Hieronder mijn verslag van de training Provocatief Coachen en Improviseren. Een dag vol plaaggeesten, absurde oefeningen en werken op basis van intuïtie: stop met denken!

In alle vroegte reed ik door een wit landschap naar het door Amsterdam ingesloten oude dorp Nieuwendam. In een kleine doopsgezinde kerk werden we ontvangen met koffie en koekjes. Gezellig en (nu nog) ongevaarlijk zaten de beide trainers, psychologe Adélka Vendl en improvisator André Besseling met de deelnemers te kletsen. Ik was nieuwsgierig en ook wel een beetje nerveus. Want wat ik wist van provocatief coachen was niet iets om naar te verlangen: harde confrontaties, niemand sparen en vooral: plagen. Improviseren kan ik goed, maar de combinatie met provocaties...

Ondanks de vertraging van twee deelnemers begonnen we om klokslag 10 uur, zoals in de uitnodiging was aangekondigd. In een kring zaten een psychotherapeut, een psychologe, beide zelfstandig ondernemers, twee collega-coaches bij een gemeente en een trainer/coach van een

groot telecombedrijf.

Het beginronde was lekker kort. We gaven onze redenen om hier vandaag te zijn. Zoals Nathalie: "Ik doe mee aan deze workshop provocatief coachen omdat ik me heb voorgenomen wat luchtigheid in leven en werken te brengen. Ik heb al eerder gemerkt dat het geven van een kwinkslag met een lach een heel goed effect kan hebben op mijzelf en op de ander. Luchtigheid en vrij denken, daar ben ik op uit." Of Amanda: "Ik heb me opgegeven voor de training omdat ik bekend was met het begrip provocatief coachen middels de boeken van Jaap Hollander en Jeffrey Wijnberg. Het concept sprak mij aan en het leek goed bij mij te passen omdat ik direct ben in mijn werk met mensen. Ik draai niet graag om de zaken heen en ben nogal praktisch in mijn gesprekken. Omdat ik dit meer vorm wilde geven en erachter wil komen wie ik wel en niet provocatief kan benaderen heb ik me opgegeven voor

Wijs een houten kruis aan en roep: 'soepkom!'

tie

EN DRAMATISEREN; EN KLANTEN!

deze training.”

Zoals ik verwacht had nam André onmiddellijk daarna het heft in handen en gingen de stoelen aan de kant. Mijn hart maakt overuren op zo'n moment. Vaak voel ik me opgelaten en idioot bij de domme oefeningen, die er voor bedoeld zijn om de deelnemers 'uit hun hoofd te halen'. Dikwijls betekent dat vooral dat zij zich steeds minder comfortabel gaan voelen, terwijl de trainer zijn trucjes vertoont en stokpaardjes berijdt. Een reflex in mijn lichaam, die weerstand oproept en mijn deuren sluit. Maar hier kwam de eerste verrassing. Al snel werd mij duidelijk dat de oefeningen die we deden weliswaar absurd waren, maar een heel duidelijke functie hadden voor wat we deze dag zouden gaan doen. Ze waren gericht op het loslaten van vaste patronen en aannames. We liepen bijvoorbeeld rond en wezen voorwerpen aan. Tegelijkertijd gaven we ze andere namen. Wijs op een schilderij en noem het een paard. Wijs een houten kruis aan de wand aan en roep: soepkom! Dat lijkt simpel, maar het is lastig. Doordat je de klank 'kruis' hebt gekoppeld aan het houten object, is het heel lastig om dan niet 'kruis' te roepen, maar iets anders, wat dan ook! Uit al die miljoenen mogelijkheden kies je dan toch automatisch 'kruis', totdat je ophoudt met nadenken. Interessant en ik werd er ook nog lekker wakker en fris van. Een energizer met effect: schitterend.

Ik kreeg er zin in!

Ondertussen kwamen de laatkomers, een trainster en een docente, binnen. Ze schoven moeiteloos aan bij de oefening die op dat moment liep: verzin een verhaal bij een voorwerp in de ruimte. Ik herinner

mij een koster die in een kast woont en die er buitengewoon wrede gewoontes op nahoudt.

Na nog veel meer van dit soort even absurde als boeiende oefeningen demonstreerde Adélka in een live sessie hoe provocaties de cliënt kunnen helpen zijn probleem helder te krijgen. Kees-Willem worstelde met zijn houding ten opzichte van zijn medewerkers. Die doen niet altijd wat hij graag wil dat ze doen.

Adélka moedigde de fysiotherapeut aan om zijn mannelijke kant in te zetten. "Ik zou ze gewoon pa-pa-pa-pa neerknallen als ze lopen te zeuren", was één van haar provocatieve adviezen. Als een prachtige amazone zat ze te paard om haar cliënt te stimuleren zich niet als een zoutzak te laten koeioneren door zijn mensen, maar de leiding te nemen, zoals hij dat vast ook doet bij zijn vrouw thuis.

Kees-Willem na deze demo: "Ik zie nu wel in dat ik wat meer de leiding mag nemen".

Na de demo kwam de uitleg. Puntsgewijs een paar belangrijke aspecten:

- Als je merkt dat je cliënt geraakt wordt door je provocaties, druk je door. Net zolang totdat het kwartje valt, of de cliënt aangeeft dat hij wil dat je stopt.
- Als we samen om het probleem kunnen lachen, wordt mijn creativiteit ook weer groter.
- Werk vanuit paradoxen, bijvoorbeeld: als de cliënt komt met zijn valkuil, benadruk je de kernkwaliteit en andersom.
- Het mes is scherp, dus de cliënt kan zich tegen je gaan keren, boos op je

worden, je proberen te ontvluchten. Je moet in staat zijn om die emoties bij de cliënt te laten en je werk te blijven doen.

'Frank Farrelly, de grondlegger van de provocatieve therapie, noemde deze manier van werken aanvankelijk protesttherapie. Vanuit protest ontstaat beweging, kracht, creativiteit en autonomie. Hierdoor gaan mensen zelf hun problemen oplossen' (citaat uit de syllabus bij de training). Je moet in staat zijn om in deze beweging te volgen en toch actief te provoceren en improviseren. Het vervolg van de dag leerde me dat dat nog niet meevalt. We gingen zelf aan de slag met onze eigen casuïstiek.

Zelf oefenen met provocatie en improvisatie

Na de demonstratie nam Adélka het woord met een aangenaam korte en boeiende introductie op het begrip 'provocatief coachen'.

Ze noemde het een 'uitdagende, liefdevolle en onorthodoxe manier van coachen'. Op de sheet zien we wat handvatten voor die liefdevolle uitdagingen: 'de cliënt dom noemen, bewandelen van irrelevante zijpaden, absurde verklaringen geven, beweren dat het probleem geen probleem is, de cliënt een ander probleem opdringen'. De essentie is, dat je niet serieus meegaat met de inzichten van de cliënt (die kent hij/zij immers al), maar dat je onverwachte interventies doet om de cliënt zelf een nieuw spoor te laten vinden. Dat lukt natuurlijk niet door iemand willekeurig dom te noemen of een ander probleem op te dringen. De coach zoekt naar een richting die voor



Frank Farrelly

Frank Farrelly ontwikkelde de Provocatieve Therapie tijdens zijn werkzaamheden in het Mendota State Hospital in Madison Wisconsin. Ontevreden over zijn doeltreffendheid als therapeut en beïnvloed door Carl Rogers en Spurgeon English, begon hij nieuwe procedures te onderzoeken om significante, veerkrachtige verandering bij chronische zieke en recalcitrante patiënten te bevorderen. Tijdens de 17 jaren die hij in dit ziekenhuis werkte, was hij voortdurend bezig zijn nieuwe technieken verder te ontwikkelen en verfijnen.

In de jaren '70 begonnen ook Richard Bandler en John Grinder geïnteresseerd te raken in het werk van Farrelly. Velen geloven dat de Provocatieve Therapie een significante invloed heeft gehad op de ontwikkeling van het NeuroLinguïstisch Programmeren (NLP).

Jaap Hollander definieerde met hulp van Graham Dawes en René Duba de zogenaamde 'Farrelly Factors': 39 gedragingen, strategische patronen en gedachten, die Farrelly hanteert in gesprek met cliënten.

Literatuur

The Beginnings of Provocative Therapy. Frank Farrelly and Jeff Brandsma. M E T a Publications, 1981. ISBN 978 09 169 9003 9

Meer informatie

Homepage Frank Farrelly: www.provocative-therapy.com

Association for Provocative Therapy:

www.associationforprovocativetherapy.com

deze cliënt werkt. De paradox is, dat als je daar als coach over na gaat denken, het niet lukt. Als je vanuit je eigen modellen en concepten de cliënt het bos in stuurt, loopt hij wellicht achter je aan, maar vindt hij niet zijn eigen weg, maar volgt jou in de jouwe. En dat is niet de bedoeling van (provocatief) coachen. Het geheim zit in twee belangrijke aspecten: contact en respect.

Als je vanuit serieus respect en serieus contact (je neemt de cliënt dus serieus) op een niet-serieuze manier met het probleem van de cliënt omgaat, gebeuren er bijzondere dingen.

'Zoek je meest absurde typetje en benader je cliënt vanuit dat typetje.' Adélka en André geven een korte demo. André is een cliënt die niet kan kiezen. 'Oh, heerrlijk, lekker alles alles hebben. Slurp, slurp, hmmm', Adélka doet denken aan Kees van Kootens Vieze Man. Ze zuigt de woorden uit Andrés mond. Hij moet wel lachen, of hij wil of niet. En hij doorziet zichzelf: ik kan niet kiezen omdat ik alles wil hebben. En dat gaat nu eenmaal niet.

Als ik met mijn typetje oefen: 'Flauwekul, wat een onzin, wat een gelul', merk ik dat het typetje alleen geen verschil maakt. Ik verlies het contact met mijn 'cliënt' en mijn typetje is leeg, loos. Wat ik leer, is dat ik eerst contact moet maken met mijn cliënt (zoals ik dat gewend ben) en pas van daaruit het typetje in kan zetten. Respect en contact: en dan pas inzetten van provocatieve improvisaties.

Ik kom er achter dat ik zo bang ben om fouten te maken dat ik meer bezig ben met de methode dan met de persoon die mijn

hulp heeft ingeroepen. Een provocatieve coach mag niet alleen fouten maken, hij moet fouten durven maken. Wie het goed moet doen, zoekt zijn grenzen (en die van zijn cliënt) niet op. Dit is wat ik wel wil leren: fouten maken en dus mijn werk goed doen! De basis voor een meer diepgaande training in deze methode is gelegd.

Maar... dit heb ik vaker meegemaakt. Ik kende mijn valkuilen en mijn zwakke kanten al. En dit is de belangrijkste, dat weet ik echt wel. Door de adequate feedback van beide trainers ben ik er weer eens haarfijn op geweest, prima. Maar nu begint het pas en de dag is voorbij. Graag had ik wat intensiever geoefend, met echte coachingsvragen en niet alleen de minizaakjes die we nu hebben bekeken, hoe nuttig en noodzakelijk die ook zijn om erin te komen. Ik snap dat het aantal deelnemers en de korte duur van één dag daaraan met name schuldig zijn. Maar zelf zou ik liever met wat minder mensen een wat langere sessie houden om toch wat meer mogelijkheid tot serieuze oefening te bieden.

Dat gezegd hebbend; ik vond het een heel goede trainingsdag. Ik weet ook weer hoe eng ik het vind om aan confrontaties bloot te staan in een groep vakbroeders en -zusters. De trainers hebben ons liefdevol en met respect begeleid, terwijl de provocaties en improvisaties trefzeker waren. Precies zoals ze dat ook omschreven aan het begin van de training: 'they practiced what they preach'.

Ook Natalie was tevreden: "Wat ik heel leuk en nuttig vond waren de oefeningen uit de improvisatie omdat die me echt handvat-



Adélka werkt met Kees-Willem

ten gaven om buiten de 'box' te denken. Omdat ik al de nodige boeken over PC had gelezen en de andere workshop had gevolgd, was voor mij de demo die Adélka gaf goed te volgen en te plaatsen in de methode van Provocatief Coachen. En ik kan me voorstellen dat dat voor mensen die daar nog niets van afweten, helemaal niet duidelijk was. Mogelijk is het nuttig voor hen om daar nog iets meer een kader aan te geven. Ik heb genoten van deze dag en ik hou verdere trainingen van Vendl en Besseling in de gaten. Een aanrader voor mensen die andere mensen coachen en adviseren!"

Amanda: "De dag was leuker en actiever dan ik had verwacht. Vaak zijn trainingen of workshops saai en wordt er vooral met theorieën en casuïstiek om je oren gegooid. Dat ik ook een denkbeeldige bal door ging geven en knietikkertje zou doen, had ik nooit kunnen bedenken natuurlijk. Het gaat erom dat je je open stelt en leert reageren op dingen. Snel schakelen, en gewoon een ander laten merken wat er in je opkomt. Ik heb veel geleerd, maar het lijkt me moeilijk om het op dit moment in de praktijk te kunnen brengen. In mijn branche, de re-integratie, is er vaak niet direct een hulpvraag (behalve werkloosheid) en is de doelgroep soms kwetsbaar. Ik ben blij dat ik kennis heb mogen maken met het provocatief coachen, maar moet er nog erg mijn weg in vinden. Een vervoltraining zou voor mij de juiste oplossing zijn."

Provocatief coachen en improviseren: een unieke combinatie van liefde en lust. Want het is fijn om van je cliënten te houden,



André introduceert een oefening

maar het is ook heerlijk om ze te sarren.

Bert van Dijk (54), trainer/schrijver. Auteur van acht boeken, waaronder *Beïnvloed anderen, begin bij jezelf*. Mede-eigenaar van het organiMatie Advies Bureau. www.bertvandijk.eu

Literatuur

Succes is ook niet alles. Verder met provocatief coachen. Jeffrey Wijnberg en Jaap Hollander Scriptum, 2005. ISBN 978 90 559 4383 8 ('Farrelly Factors', zie kader)

Provocatief Coachen. De Basis. Jaap Hollander en Jeffrey Wijnberg. Scriptum, 2006. ISBN 978 90 559 4451 4

Informatie

Op www.vendl.nl en www.improcentrum.nl vindt u meer informatie over de training Provocatief Coachen en Improvisatie.

Op www.tvc.nl leest u ervaringsverslagen van deelnemers aan andere workshops en trainingen, zoals bijvoorbeeld het artikel *Coach en commercie*, waarin Floor Driessen haar ervaringen tijdens de training 'Vermarkten van je eigen diensten als coach' met u deelt.