



7 OKT '16 - 3 REACTIES ⌚ LEESTIJD: 4 MINUTEN



Coachen waar het pijn doet

Provocatief coachen

Als het niet opschiet in de [coaching](#), moet je als coach soms de pijn van je coachee vergroten, waardoor de diepste pijn zich omzet in de grootste motivatie. Provocatief coachen is volgens Ellen Minderhoud een uitgelezen middel om het leerproces te bevorderen.

Coaches komen met een grote diversiteit aan coachees in aanraking. Elke coachee heeft zijn eigen problemen. In dit leerproces is het doel van de coachee belangrijker dan diens problematiek. Hoe duidelijker, hoe concreter geformuleerd en hoe meer het doel binnen het verlangen van de coachee ligt, des te groter is de kans dat het leerproces slaagt en verandering plaatsvindt.

Maar is elk doel ook haalbaar? Wat als je coachee stagneert en maar niet verandert? Het leerproces van je coachee is een persoonlijk proces, zonder handleiding, zonder vaststaand tijdsplan. Niemand weet hoe snel en op welke manier het veranderproces plaatsvindt.

Hoe doortastender, confronterender en inzichtgevender de coach te werk gaat, des te sneller de omslag plaatsvindt.

Vaak is er ergens in het traject een omslagpunt, maar of dat na coachsessie 3 of 6 is weet niemand. De coach speelt hierin een grote rol. Hoe doortastender, confronterender en inzichtgevender de coach te werk gaat, des te sneller de omslag plaatsvindt.

Aaitechnieken en afhankelijkheidsposities vertragen dit proces alleen maar.

Vanuit een omgekeerde houding

Soms blijft de coachee in beperkende patronen hangen, waardoor het gehele proces stagneert. Het is belangrijk om dan te ontdekken waarom de coachee blijft hangen in zijn oude vertrouwde patroon. Is de pijn te groot, is het oude patroon vertrouwd geworden? Of is het verlangen naar verandering en verbetering niet groot genoeg?

De uitspraak 'dan doet het blijkbaar nog geen pijn genoeg' komt hier om de hoek kijken. Soms moet je als coach de pijn 'vergroten', waardoor de diepste pijn zich omzet in de grootste motivatie. Provocatief coachen is een uitgelezen middel om stagnaties in het leerproces te bevorderen. Het vraagt veel expertise van de coach om dit op de juiste manier in te zetten. *Provocatie is een houding met een uitermate hoge vorm van verbinding/afstemming, gecombineerd met harde confrontatie, overdrijven van patronen, gedrag en emoties en veel humor.*

De coachee wordt overdreven geconfronteerd met zijn eigen patronen en raakt in de war.

Provocatie bevestigt en benadrukt als het ware de patronen en emoties van de coachee. Vanuit een omgekeerde houding maakt de coach het probleem nog groter, nog dieper, nog viezer, nog zwaarder. De coachee wordt overdreven geconfronteerd met zijn eigen patronen en raakt in de war, met als uiteindelijk doel dat er een omslag ontstaat en de coachee vanuit kracht reageert. Dat is het moment om het patroon om te zetten in verandering.

In het dagelijks leven zien we soms spontaan dit soort omslagen ontstaan. Bijvoorbeeld dat iemand ineens stopt met roken na de diagnose longkanker. Provocatie doet dit ook. Door zaken met veel humor, met prikken en aaien, met overdrijven en uitvergroten te benaderen, ontstaat er een ultieme motivatie voor de coachee om te leren en te veranderen.

Flexibiliteit en veerkracht

Coaches die net beginnen met provocatief coachen bestempelen zelf het provocatieve leerproces vaak als eng. *'Je kunt het toch niet maken om iemand te confronteren met het uitzoeken van bidprentjes omdat hij het leven niet meer ziet zitten?'* Het tegendeel is waar. Coachen via provocatie is een geweldig effectieve manier van leren, zolang je het maar in opperste verbinding met je coachee doet. Mensen zijn flexibeler en veerkrachtiger dan we zelf soms denken.

Van de coach vraagt provocatief coachen vaak ook een persoonlijk leerproces. Het is leren dat provocatie ten dienste staat van je coachee, niet als belemmerende factor bij jezelf. Het feit dat veel coaches 'braaf' zijn in hun coaching is te wijten aan hun eigen belemmerende gedachten hierover. 'Wat zal mijn coachee hier wel niet van denken? Kan ik dat wel zeggen? Het is juist de bedoeling dat je ver gaat, dat je de pijn vergroot, dat je confronterende uitspraken doet. Dat is de functie van provocatie.

Wees niet te bang om je coachee alle hoeken van de kamer te laten zien.

En ja, het is goed mogelijk dat je coachee zich beledigd voelt, dat hij boos of geschrokken reageert. Het is dan de kunst om jezelf als coach hier niet door te laten beïnvloeden. Elke emotie of opmerking van de coachee is een bruikbaar middel om de volgende provocatie in te zetten. Gebruik datgene wat je onder je neus ziet gebeuren. Alles mag ten dienste van het proces. Zet al je flexibiliteit en humor in en je zult verstelt staan van het effect. Het gaat hier om de coachee, niet om de coach.

Wees creatief als coach en wees niet te bang om je coachee 'alle hoeken van de kamer te laten zien'. Onthoud, je coachee heeft een hoop veerkracht. Als coach ben je de professional en moet je alles uit de kast halen om je coachee in beweging te zetten. Als je coachee uiteindelijk op deze manier zijn doel behaalt, kunnen we spreken van een win-winsituatie.

Ellen Minderhoud, deze column is gebaseerd op een artikel in [CoachLink](#).

KENNISBANK ONDERWERPEN: [FEEDBACK](#), [COACHING](#)