

Van Pleaser naar Teaser

De essentie van traditionele coaching en provocatieve coaching en de rol van de coach



Afstudeerscriptie van Anand Swami Persaud

Europees Instituut voor Psychosociale Educatie

24 november 2005

Motivatie

Deze scriptie gaat over de essentie van traditionele en provocatieve coaching en de rol van de coach hierin. Nadat ik het een en ander over het fenomeen ‘provocatieve coaching’ had gelezen, werd mijn belangstelling gewekt om een aantal redenen: de rol van de coach als advocaat van de duivel, de provocatieve coaching als methodiek en het effect hiervan op de relatie coach – coaché.

Gedurende de opleiding bij het Europees Instituut is het onderwerp provocatieve coaching nooit aan de orde geweest. Omdat ik deze nieuwe methodiek zeer innovatief vind en het idee had, dat deze methodiek dicht bij mijn persoonlijke overtuiging en zienswijze op coaching ligt, heb ik dit als onderwerp voor de literatuurstudie gekozen.

Aan de hand van de literatuurstudie zal van beide vormen van coaching de essentie, de overeenkomsten en de verschillen worden besproken. Dit geldt eveneens voor de rol van de coach en voor zover mogelijk, de effecten van beide vormen van coaching op de coaché.

Naarmate ik mij verder in het onderwerp verdiepte, maakte zich een bepaalde opwindning van mij meester. Het gesprek met Jeffrey Wijnberg, de literatuurstudie en de begeleiding van Anneke Dekkers, zelf provocatief coach, hebben bij mij geleid tot de overtuiging dat deze vorm van coaching zeer effectief kan zijn en bovendien goed aansluit bij mijn mensvisie. Onbewust van deze methodiek ben ik tot het inzicht gekomen, dat ik als coach in de jeugdhulpverlening bij een aantal jongeren reeds een vorm van provocatieve coaching heb toegepast, waarbij ik destijds veel plezier beleefde aan het zichtbare en positieve effect dat het op deze jongeren had. Gezien mijn overtuiging van het positieve effect op cliënten en de mate van congruentie en authenticiteit die deze methodiek bij mij als coach oproept, zal ik mij verder in deze vorm van coaching willen ontwikkelen.

In mijn scriptie heb ik het over de ‘traditionele’ coaching. Ik heb voor deze term gekozen om onderscheid te kunnen maken tussen de reeds bestaande manieren van coaching en de voor mij nieuwe wijze van coaching, namelijk het provocatieve coachen. Onder traditionele coaching versta ik de verschillende vormen en methodieken van coaching zoals ik die heb geleerd aan het Europees Instituut. Zo is bijvoorbeeld vanuit de Psychodynamische hoofdstroom de Psychoanalytische coaching ontstaan, vanuit de Experientiele hoofdstroom de Cliëntgerichte coaching en Gestaltcoaching ontstaan, vanuit de Leertheoretische hoofdstroom de Cognitief-gedragsgerichte coaching ontstaan en vanuit de Systeemtheoretische en Integratieve hoofdstroom, de Systeembenadering en Oplossingsgerichte coaching ontstaan. Al deze methoden en vormen van coaching, schaar ik achter de traditionele coaching.

In de inleiding zal ik kort aangeven waarom ik met de opleiding tot psychosociaal coach&counselor begonnen ben, hoe ik dit ervaren heb en toelichten wat mijn diepere motivatie is geweest voor de keuze van dit onderwerp.

Inleiding

Toen ik een paar jaar geleden met een conflict bij een werkgever wegging, zat ik met de handen in het haar. Ik had al eerder conflicten met werkgevers gehad en wist niet waar dit aan lag. Inmiddels wist ik wel dat ik graag de advocaat van de duivel speelde en dat er bij mij af en toe een nar of soms een rebel naar boven kwam.

Na een sabbatical year, besloot ik een competentieanalyse te ondergaan. Ik maakte de afspraak met mijzelf, de conclusie uit de analyse uiterst serieus te nemen en het advies dat er uit zou volgen, ter harte te nemen. Wat ik echter eveneens als zéér belangrijk heb ervaren, was dat ik door de analyse inzicht kreeg in de oorzaak van de conflicten.

In de analyse stond over het gedragskenmerk 'Onafhankelijkheid': *“Zijn genoemde non-conformistische inslag vertaalt zich tevens in een zeer sterke behoefte aan onafhankelijkheid en zelfstandigheid. Hij is in beginsel een solist, die volledig zijn eigen boontjes wil kunnen doppen. Bovendien zal hij veel moeite hebben om zich te schikken in wat anderen voorschrijven. Een min of meer hiërarchische aansturing zal hem afremmen in zijn creativiteit en effectiviteit en bovendien zijn vechtlust activeren. Hij laat zich met andere woorden niet gemakkelijk ‘managen’ en houdt zeker niet van ‘moeten’.*

De conclusie/het advies van de competentieanalyse was onder andere:

“Daarnaast zal de heer Swami Persaud een voorspelbaar hoog rendement kunnen behalen in commerciële functies met taakaccenten op adviseren, netwerken, communicatie en mensen (bijvoorbeeld werving en selectie). Ook voor functies gericht op meer individuele coaching en begeleiding(therapeutisch) achten wij hem zeer geschikt”.

Het kwartje viel en met dit inzicht kon ik verder. Zoals afgesproken heb ik de uitslag serieus genomen en aangezien de analyse mij zo duidelijk aangaf in welke richting mijn competenties lagen, heb ik mij opgegeven voor de opleiding tot Psychosociaal Coach & Counselor bij het Europees Instituut. Het bleek een schot in de roos, want ik heb gedurende drie en een half jaar met ontzettend veel plezier de opleiding gevolgd. Interessante colleges, deskundige docenten, goede begeleiding vanuit het instituut, leuke medestudenten, veel trainen gedurende de trainingsavonden en weekenden. Maar..... er begon gaandeweg de studie iets te knagen.

Gedurende deze trainingsavonden en weekenden werd veel geoefend met rollenspellen, waarbij drie studenten afwisselend de rol van coach, cliënt en observator vervulden. Er werd met casussen gewerkt. Ik vervulde deze rollen met veel genoegen, vooral van cliënt. Als ik maar even toneel kon spelen en de boel ietwat kon 'provoceren', was ik van de partij. Andersom kon ik het op prijs stellen als de ander cliënt speelde en het mij moeilijk maakte als coach. Maar daar begon het wat te wringen. Waar ik in de rol als cliënt mij helemaal kon uitleven, had ik mij in de rol van coach te houden aan, in mijn beleving, strikte gedragsregels. Als coach had ik rekening te houden met de 'kwetsbaarheid' van de cliënt, moest ik zorgvuldig mijn woorden kiezen om te voorkomen dat de cliënt dichtklapte of zelfs schade zou kunnen berokkenen. Dit zorgde ervoor dat ik zelf nog wel eens dichtklapte in de rol van coach. Terwijl er in mijn hoofd allerlei ideeën aan het ronddolen waren die ik graag nog naar de cliënt had willen benoemen. Zo meende ik bij de cliënt wel eens een bepaalde incongruentie te zien die ik dan graag wilde benoemen. Ik wist toen nog niet van het bestaan van provocatieve coaching.

Het einde van de opleiding kwam in zicht en ik moest gaan nadenken over een onderwerp voor mijn afstudeerproject en de presentatie. De hulp bij het kiezen van een onderwerp kwam door middel van de nieuwsbrief van maart 2005 van het Europees Instituut, waar het onderwerp 'Provocateur als beroep' werd besproken. Bij het lezen van het stuk over de provocerende opvattingen van Jeffrey Wijnberg en de grondlegger van de Provocatieve Therapie Frank Farrelly, begon mij het een en ander duidelijk te worden. Het werd mij duidelijk waar tijdens de opleiding bij mij de schoen wrong. De rol van de coach bij traditionele coaching is in essentie anders dan bij de provocatieve coaching. Terwijl de grondhouding van de coach hetzelfde is. De grondhouding bestaat uit; onvoorwaardelijke acceptatie/respect, oprechte betrokkenheid, empathie en echtheid. De rollen kunnen echter zeer verschillend zijn. De rol van de coach in de traditionele coaching zou je die van een 'Pleaser' kunnen noemen, de rol van provocatieve coach zou je die van een 'Teaser' kunnen noemen.

Het woord pleaser stond als zodanig niet in het Engels woordenboek. Hoewel het woord Pleaser wel een algemeen geaccepteerd woord is. Bij Please stond echter wel; behagen, bevallen, aanstaan; voldoen, plezieren. Er stond echter ook: *om u te dienen*. En dit is een beetje de sfeer die ik proefde tijdens de opleiding. Over het algemeen ervoer ik de oefensessies als 'erg aardig zijn voor elkaar', of soms 'om de hete brei heen draaien'. Dit zegt niets over mijn medestudenten of trainers, maar alles over mijzelf, namelijk, dat ik nog wel eens geconfronteerd werd met mijn eigen ongeduld of graag snel tot de kern wilde komen. Bij het bestuderen van de literatuur over provocatieve coaching is mij gebleken dat coaches die hun voorkeur hebben voor provocatieve coaching inderdaad ongeduldig kunnen zijn.

De rol van de coach bij provocatieve coaching is meer die van een 'Teaser'. Althans, volgens de literatuur is er bij provocatieve coaching meer ruimte voor de coach om, indien hij dit nodig acht, om te schakelen van Pleaser naar Teaser. Ook dit woord heb ik opgezocht in het Engels woordenboek. De betekenis van dit woord is; plager, plaaggeest, kweller, treiteraar. Persoonlijk zie ik in deze woorden duidelijke overeenkomsten met termen die in de provocatie coaching gangbaar zijn zoals; advocaat van de duivel of nar. Ook hier kom ik in een ander hoofdstuk op terug.

Het moge duidelijk zijn waarom ik heb gekozen een scriptie te schrijven over provocatieve coaching met als titel:

Van Pleaser naar Teaser

de essentie van traditionele coaching en provocatieve coaching en de rol van de coach

Een combinatie van de rol van pleaser en teaser spreken mij aan. Als pleaser stel ik mijn cliënten op hun gemak en benader ik hen met empathie, onvoorwaardelijk respect en acceptatie, als teaser ga ik twijfel zaaien, of zoals Frank Farrelly het in de inleiding van zijn boek 'Provocatieve Therapie noemt, 'liefdevol plagen'. Dat plagen mag volgens Frank Farrelly gepaard gaan met humor. Geen afstotende, vernederende humor, maar genezende humor op een warm-ondersteunende en diep betrokken wijze. Aan de hand van het literatuuronderzoek zal ik de essenties van de beide vormen van coaching weergeven. En de rol van de coach in de traditionele coaching en provocatieve coaching nader toelichten. Ik hoop dat u deze scriptie met plezier zult lezen.

Samenvatting

Deze scriptie gaat over de vraag wat de essentie is van traditionele coaching en provocatieve coaching en wat de rol van de coach hierin is. In de scriptie zijn de volgende onderwerpen besproken:

Het ontstaan van de traditionele coaching; waarbij ik heb aangegeven hoe de traditionele coaching is ontstaan vanuit het counselen en het counselen zijn wortels heeft in de humanistische psychologie. Ook heb ik een aantal personen besproken die van invloed zijn geweest voor de humanistische psychologie. Daarbij is ook de mensvisie besproken.

De grondhouding van de traditionele coach, het spanningsveld bij de traditionele coach tussen enerzijds empathie, echtheid, onvoorwaardelijke acceptatie en respect en anderzijds authenticiteit en congruentie.

De rollen van de traditionele coach en hoe deze zich verhouden tot de grondhouding. Ook heb ik besproken hoe binnen de traditionele coaching omgegaan wordt met weerstand.

Het ontstaan van de provocatieve coaching en de grondlegger van de provocatieve therapie Frank Farrelly. Hoe de provocatieve coaching is ontstaan vanuit de provocatieve therapie. De ervaringen van Frank Farrelly met de psychoanalytische gespreksvoering en hoe daaruit een andere mensvisie is ontstaan.

De grondhouding van de provocatieve coach en wat daaraan is toegevoegd ten opzichte van de grondhouding van de traditionele coach. Eveneens is hier besproken of er spanningsveld is tussen enerzijds contact, humor en uitdaging en anderzijds authenticiteit en congruentie.

De rollen van de provocatieve coach en hoe deze zich verhouden tot de grondhouding. Eveneens is hier het omgaan met weerstand besproken.

De conclusie betreffende het onderwerp van deze scriptie.

Inhoudsopgave:

Motivatie	:	blz. 1
Inleiding	:	blz. 2
Samenvatting	:	blz. 4
Inhoudsopgave	:	blz. 5
Hoofdstuk 1	: Het ontstaan van traditionele coaching	blz. 6
Hoofdstuk 2	: Grondhouding van de traditionele coach	blz. 10
Hoofdstuk 3	: Rol van de traditionele coach	blz. 14
Hoofdstuk 4	: Het ontstaan van provocatieve coaching	blz. 17
Hoofdstuk 5	: Grondhouding van de provocatieve coach	blz. 23
Hoofdstuk 6	: Rol van de provocatieve coach	blz. 27
Hoofdstuk 7	: Conclusie, slotconclusie en aanbevelingen	blz. 30
Nawoord	:	blz. 34
Literatuurlijst	:	blz. 35

Hoofdstuk 1: Het ontstaan van traditionele coaching.

Het woord ‘coach’ komt van het Engels en betekent: “trainer, ook wel adviseur van een sportclub of ploeg sportbeoefenaars”. Toen ik aan de opleiding begon tot Psychosociaal Coach & Counselor, was mijn indruk dat een coach voornamelijk motiveert en stimuleert. Al snel bleek mij dat het werk van een psychosociaal coach veel breder en dieper is, door de vele psychologische stromen die er op van invloed zijn geweest en de sociale context die een rol speelt bij de coaché. Het accent van de oorspronkelijke betekenis van ‘coach’ heeft zich dan ook naar een breder werkveld verlegd, waardoor coaches op allerlei terreinen actief zijn in functies als mental coaches, loopbaanbegeleiders, conflictbemiddelaars etc.

Het woord ‘Psychosociaal’ wordt als volgt vertaald uit het Woordenboek van de Psychologie van A.S. Reber: “*Term die vrijelijk te gebruiken is voor situaties en relaties waar een psychische en een sociale kant aan zit*”. De term ‘psychosociale ontwikkeling’ die eveneens regelmatig terugkwam in de opleiding staat in hetzelfde woordenboek als volgt omschreven: “*Ontwikkeling in psychisch en sociaal opzicht. Maar vaak wordt de term meer specialistisch gebruikt om te verwijzen naar de ideeën van E.Erikson over de groei en ontwikkeling van de persoonlijkheid, waarin het belang benadrukt wordt van het samenspel tussen de persoon en zijn of haar fysieke en sociale omgeving*”.

Aangezien de psychologische stromingen van invloed zijn geweest op de traditionele coaching wil ik de hoofdstromen van de psychotherapie in een chronologische volgorde vermelden. Ik houd daarbij het boek aan van Martin van Kalmthout: ‘*Psychotherapie. Het bos en de bomen*’.

Van Kalmthout geeft in dit boek de indeling aan van de geschiedenis van de psychotherapie zoals die is ingedeeld door Ellenbergers (1978) in de volgende perioden:

- 1) De ‘voorwetenschappelijke’ periode, die loopt van de vroegste tijden tot 1775, het eerste publieke optreden van Mesmer.
- 2) Het ‘hypnotisme’, voornamelijk de negentiende eeuw.
- 3) De psychodynamische traditie, eerste helft van de twintigste eeuw.
- 4) De existentieel - humanistische traditie, +/- 1950 - +/- 1980 (humanistische psychologie).
- 5) De gedragstherapeutische en directieve traditie; huidige periode (aangevuld door van Kalmthout).

Ik zal in dit hoofdstuk alleen die personen kort bespreken die hun stempel hebben gedrukt op de psychodynamische traditie en de existentieel – humanistische traditie, omdat zij van belang zijn geweest voor het ontstaan van de traditionele coaching.

De eerste persoon die ik kort wil beschrijven is Sigmund Freud (1856 – 1939).

Hij heeft een belangrijke rol gespeeld in de eerste helft van de twintigste eeuw in de psychodynamische traditie. Freud was de grondlegger van de Psychoanalyse. In zijn beschrijving van het innerlijke van de mens introduceerde Freud drie nieuwe begrippen; Es, Ich en Uber-Ich, in het Nederlands spreekt men van een Id, een Ego en een Superego. De Psychoanalytische theorieën gaan over onbewuste impulsen en tegenstrijdige gevoelens (het Id, Ego en Superego kunnen met elkaar in conflict raken) waarmee mensen worstelen. Wie niet al te sterk lijdt onder dergelijke gevoelens, kan in onze maatschappij redelijk goed functioneren. Innerlijke conflicten zijn bij sommigen echter zo sterk dat het leven daardoor ondraaglijk wordt. Therapie is dan gewenst. Maar ook hier is de grens niet scherp te trekken.

Freud was van mening dat de meeste mensen baat zouden hebben bij een psychoanalytische behandeling, ook degenen die niet duidelijk ergens aan lijden.

Het onderscheid tussen patiënten en gezonde mensen is volgens de psychoanalyse slechts *gradueel*.

De psychoanalyse veronderstelt dat mensen zich niet bewust zijn van de oorzaken van hun emotionele problemen. Bovendien zijn die oorzaken in laatste instantie terug te voeren op conflicten uit de vroegere jeugd. Het leven van volwassenen wordt in hoge mate beïnvloed door gebeurtenissen uit hun vroegste jeugd.

Ik heb Sigmund Freud aangehaald omdat hij de grondlegger is van de psychoanalyse en Frank Farrelly, de grondlegger van de provocatieve therapie, in de psychoanalytische gesprekstechnieken was geschoold.

De twee personen die een sterke invloed hebben gehad op de Humanistische Psychologie zullen hieronder kort beschreven worden:

Abraham Maslow (1908 - 1970) leverde een belangrijke filosofische basis voor de Humanistische Psychologie. Bekend is zijn motivatie theorie.

In deze theorie introduceert Maslow de term 'Self-actualization'. Self actualization betekent het volledig gebruik van talenten, capaciteiten en potenties door de mens, als de beste mogelijkheid om tot een volledig en gelukkig persoon te worden (Maslow 1970).

Abraham Maslow heb ik aangehaald, omdat hij de term Self-actualization heeft geïntroduceerd. De hedendaagse coaches begeleiden, stimuleren en motiveren hun cliënten in het volledig gebruik maken van hun talenten, capaciteiten en potenties. Daarbij zijn de coaches geïnteresseerd in wat hun cliënten motiveert en daar kan de motivatietheorie van Maslow een rol in spelen.

Carl Rogers (1902 – 1987) legde een belangrijke basis voor de hulpverlening binnen de Humanistische Psychologie. Hij ontwikkelde de 'cliënt-centered therapy' (Rogers, 1975). De hulpverlening in deze therapie geschiedt d.m.v. gesprekken. In een dergelijk gesprek stelt de hulpverlener, door Rogers 'counselor' genoemd, zich onbevooroordeeld op t.o.v. de cliënt. De cliënt bepaalt hoe naar een oplossing van zijn probleem gestreefd zal worden. Rogers ziet de mens toegerust met een fundamentele drijfveer tot zelf-actualisatie. De counselor zal derhalve sterk de nadruk leggen op het actuele beleven van de cliënt en op het scheppen van een stimulerende en bemoedigende sfeer in de communicatie. Rogers benadrukt sterk de noodzaak om als counselor de cliënt niet altijd met dwingende voorschriften of een starre methodiek te benaderen. In plaats daarvan stelde hij een begrijpende en accepterende houding van de counselor voor. De problemen van de cliënt dienen centraal te staan, niet de therapeut en diens oordelen. Dit is de Clientgerichte of non-directieve methode. Rogers had een eigen visie op therapie en hanteerde een aantal kernbegrippen. Zijn visie op de therapie, vanuit een Clientgerichte benadering luidt: "*Het bevorderen van groei en ontwikkeling bij de cliënt middels een persoonlijke relatie met bepaalde kwaliteiten*".

Carl Rogers hanteerde twee kernbegrippen namelijk; de zelfactualisatietendens en de helpende relatie.

Zelfactualisatietendens :

Deze is op te vatten als een centraal kenmerk van het leven: alle leven wordt gekenmerkt door deze tendens van groeien, handhaven en uitbreiding. Het menselijk leven voegt daar iets aan toe: het is het leven dat zich van zichzelf bewust is. Groei, handhaving en uitbreiding gaan hier gepaard met reflectie op wat er gebeurt. Deze reflectie levert behalve een eigen belevingswereld vooral het besef van een zelf op.

Een gezond zelf verandert voortdurend, het ligt niet vast maar is in wording; het heeft een proceskarakter. Belangrijke anderen (ouders/opvoeders) kunnen bij dit proces een belangrijke rol spelen.

Hetzij door waardering bij de beginnende zelfontwikkeling, hetzij door inperking door het opleggen van eigen normen en waarden. Bij het teveel inperken kan deze tendens als het ware ontmoedigd worden en overgaan op zelfhandhaving.

De helpende relatie :

Als de cliënt lijdt aan vervreemding van zichzelf, als hij zijn gevoelens niet kan toelaten omdat die zijn zelfconcept in gevaar zouden brengen, dan is hij te helpen middels een speciaal relatieaanbod. Dit relatieaanbod maakt het hem mogelijk verboden gevoelens weer toe te laten, afgewezen ervaringen te exploreren en zich toe te eigenen, zich daardoor te bevrijden uit de verstarring en weer in het proces van zelfactualisatie te komen.

Ik heb Rogers wat uitgebreider aangehaald omdat zijn non-directieve methodiek voor mij duidelijk herkenbaar was in de opleiding en hij veelvuldig ter sprake is gekomen.

Daarnaast is Carl Rogers de mentor geweest van Frank Farelly, die de grondlegger is van de Provocatieve Therapy waaruit de provocatieve coaching is voortgekomen. Carl Rogers heeft een belangrijke stempel gedrukt op de grondhouding van de hedendaagse traditionele therapeuten, coaches en counselors.

Ik beschrijf eveneens kort de gemeenschappelijke kenmerken van de humanistisch psychologische theorieën vanwege hun invloed op de traditionele coaching.

Het gaat om een zestal gemeenschappelijke kenmerken:

- 1) De mens is van nature goed. Hij wordt niet in aanleg geleid door negatieve drijfveren die beteugeld moeten worden, maar zal zich onder normale omstandigheden vanzelf ontwikkelen tot een sociaal voelend en handelend individu.
- 2) Er is veel aandacht voor het individuele en unieke van de persoon en voor wat er in die persoon omgaat aan gevoelens en gedachten. In het contact met de hulpverlener wordt hij behandeld als een medemens die zelf verantwoordelijk is voor zijn eigen leven.
- 3) De mens wordt als geheel bestudeerd. Zelfverwerkelijking speelt een belangrijke rol.
- 4) De mens wordt opgevat als een zich ontwikkelend wezen. Daarbij maken de humanistische psychologen onderscheid tussen de essentie en existentie, waarbij de essentie betrekking heeft op het stabiele zoals eigenschappen en gewoonten en existentie slaat op het bestaan als continu proces van ontwikkeling. Wordt ook wel uitgedrukt in 'zijn' en 'worden'.
- 5) De nadruk wordt sterk gelegd op de bewuste beleving, als één van de meest karakteristieke kenmerken van het menselijk individu. Humanistische psychologen veronderstellen dat mensen in staat zijn over hun eigen functioneren na te denken en er zich een oordeel over te vormen. Zij zien deze zelfreflectie als een belangrijke informatiebron.
- 6) Het individu wordt beschouwd als een zichzelf regulerend organisme. Daarmee wordt bedoeld dat de mens zelf in belangrijke mate kiest en beslist welke activiteiten hij onderneemt. Deze activiteiten komen voort uit een eigen zingeving aan het leven. Het humanisme accentueert de menselijke onafhankelijkheid en de mogelijkheid om zelf inhoud te geven aan het leven. Daarbij past een mensbeeld waarin zelfregulering en het kiezen van een eigen weg vooropstaan.

Zoals ik al eerder in mijn motivatie aangaf, kent en gebruikt de hedendaagse coaching een aantal aspecten uit de psychotherapie en counseling. Dit wordt ook weergegeven in de studiemap 'Methodisch handelen' van het Europees Instituut. In deze map staat onder andere over het college van Prof. Dr. C.P.D.R. Schaap:

“Binnen ons instituut wordt de term ‘psychotherapie’ mede daarom spaarzaam gebruikt. We schenken immers ook veel aandacht aan de ondersteunende en psychosociale begeleiding van mensen in andere niet klinische contexten, zoals werksituaties. Begrippen en technieken ontleend aan de psychologische hoofdstromen zijn tegenwoordig ook belangrijke bestanddelen van talrijke vormen van begeleiding op de werkvloer. In plaats van het woord therapie gebruiken wij dan ook bij voorkeur de termen counseling en coaching.

Ik neem aan dat de traditionele coaching is ontstaan vanuit counseling. Deze aanname baseer ik op hetgeen ik gelezen heb in het boek: ‘*Counselingstraining. Theorie en methodiek voor hulpverlening en begeleiding*’, geschreven door Berend de Bruin en Martin Vulker. In dit boek staat in de inleiding (ik citeer een deel uit deze inleiding):

“De ontwikkeling van counseling heeft zich voornamelijk voltrokken in de Verenigde Staten. Pas na de Tweede Wereldoorlog werd counseling geïntroduceerd in Nederland. Het woord counseling is afgeleid van het woord counsel, wat raadgeving betekent. In het begin van de jaren dertig had counseling vooral een adviserende functie, met name gericht op beroepskeuze en begeleiding van werknemers in grote Amerikaanse ondernemingen. Ten behoeve van de hulpverlening werd counseling ontwikkeld als non-directieve gespreksvorm. Deze gespreksvorm heeft zijn wortels in de ‘Humanistische Psychologie’. De Humanistische Psychologie is een psychologische stroming die gebaseerd is op de fenomenologie, een filosofische benadering die opkwam in het begin van deze eeuw”.

In bovenstaand citaat wordt aangegeven dat counseling destijds een adviserende functie had, met name gericht beroepskeuze en begeleiding van werknemers in grote Amerikaanse ondernemingen. Tegenwoordig heeft counseling een andere functie gekregen en is het accent meer gericht op preventie, toename van welbevinden, het ontwikkelen van potentieel en hulp bij lichte problematiek. Counseling wordt toegepast in onder andere het onderwijs, volwasseneducatie, pastorale begeleiding etc.

Coaching daarentegen is voornamelijk gericht op (beter)functioneren, persoonlijke ontwikkeling, grotere arbeidssatisfactie etc. Coaching, Counseling en Psychotherapie liggen erg dicht bij elkaar, waarbij Counseling en Psychotherapie op bepaalde gebieden zelfs een overlapping hebben. Coaching en counseling zijn beide echter geen therapievorm.

In dit hoofdstuk heb ik getracht aan te geven hoe en wanneer de traditionele coaching is ontstaan. Ik vooronderstel dat counseling vanuit de psychotherapie is ontstaan en de traditionele coaching ontstaan is vanuit het counselen. Om een zo compleet mogelijk beeld te kunnen schetsen, ben ik op zoek gegaan naar de wortels van de traditionele coaching en achtte ik het nodig het een en ander te schrijven over de Humanistische Psychologie en de psychologen die hierop een sterke invloed hebben gehad, met name Carl Rogers. Over Carl Rogers heb ik wat meer uitgebreid geschreven omdat hij, zoals ik al eerder schreef, de mentor is geweest van Frank Farrelly, de grondlegger van de Provocatieve Therapie, waaruit vervolgens de Provocatieve Coaching is ontstaan. Anderzijds omdat Carl Rogers, vanuit zijn visie op de Psychotherapie en de kernbegrippen die hij hierin hanteerde, bepalend is geweest voor de grondhouding van de traditionele coaches. Over deze grondhouding gaat het volgende hoofdstuk.

Hoofdstuk 2: Grondhouding van de traditionele coach

Gedurende de opleiding aan het Europees Instituut is er grondig aandacht besteed aan de grondhouding van de coach. Deze grondhouding is in diverse colleges en trainingen steeds benadrukt. Waar het voornamelijk om gaat is dat de aanstaande coach een grondhouding zal ontwikkelen van echtheid, empathie en onvoorwaardelijke acceptatie en respect.

Het belang van een dergelijke grondhouding is dat dit bevorderlijk is voor een gunstige relatie coach - coaché. Ik zal de begrippen; echtheid, empathie, onvoorwaardelijke acceptatie en respect nader toelichten.

Echtheid is een gedragsvorm, waarbij de coach bij de coaché in ieder geval de indruk wekt dat hij echt luistert, echt geïnteresseerd is in het verhaal van zijn cliënt etc. Empathie wil zeggen dat de coach in staat is zich in het gevoelsleven van zijn cliënt te verplaatsen, in staat is een affectieve respons te geven op de emoties van zijn cliënt, als het ware in zijn gedachten en huid kruipen. Onvoorwaardelijke acceptatie en respect wil zeggen dat de coach het gedrag en de gezichtspunten van zijn cliënt accepteert en respecteert, zonder daar vooraf een waardeoordeel over te vellen.

Volgens Carl Rogers en Prof.Dr. Mia Leijssen, één van de docenten/trainers van het Europees Instituut van wie ik een aantal colleges heb gehad, kan een spanningsveld ontstaan tussen enerzijds authenticiteit en congruentie en anderzijds onvoorwaardelijke acceptatie en respect, echtheid en empathie. Persoonlijk vind ik dit gegeven erg interessant. Het roept bij mij de vraag op hoe dit spanningsveld beleefd wordt binnen de traditionele coaching ten opzichte van de provocatieve coaching.

Om dit spanningsveld te verduidelijken volgt eerst een voorbeeld. Een coach ontvangt een cliënte die door haar gedrag en houding bij hem een ontzettende weerstand oproept. Als professioneel coach wordt hij geacht zich neutraal op te stellen en haar houding en gedrag onvoorwaardelijk te accepteren en te respecteren en daarnaast echtheid en empathie te tonen. Deze grondhouding uit de protocollen van de traditionele coaching kunnen conflicteren met de gevoelde emoties van de coach, waardoor een spanningsveld ontstaat tussen enerzijds zijn empathie, echtheid en onvoorwaardelijke acceptatie en respect en anderzijds zijn authenticiteit en congruentie.

Dit spanningsveld zou kunnen leiden tot stagnatie van het coachingstraject. De vraag ontstaat dus hoe de traditionele coach omgaat met dit spanningsveld, op het moment dat hij dit ervaart. Een consequentie zou kunnen zijn dat het voor de traditionele coach op dat moment moeilijker wordt om nog authentiek en congruent te zijn. Hij ervaart immers op dat moment in zijn binnenwereld weerstand, waardoor zijn aandacht niet meer op de cliënt is gevestigd, maar op de weerstand die hij op dat moment in zijn binnenwereld ervaart.

Mia Leijssen spreekt over empathie als een wijze-van-in-relatie-zijn, waarbij de coach in staat is zijn eigen referentiekader terzijde te schuiven en mee te gaan in het referentiekader, de binnenwereld, van de cliënt. Het terzijde schuiven of omschakelen van het eigen referentiekader naar het gezichtspunt van de cliënt, ziet zij als een eerste hulpmiddel dat de coach helpt om voeling te krijgen met hoe het werkelijk is om de cliënt te zijn. Eenmaal op dat punt gekomen, is het voor de coach gemakkelijker om zich voor te stellen hoe de cliënt zich voelt in de situatie en verdwijnen de eigen gevoeligheden (van de coach) naar de achtergrond. Hij zal daardoor ook beter in staat zijn in een aanvaardende attitude te blijven,

vooral als het uiterlijk gedrag van de cliënt als storend wordt ervaren. Hij begrijpt de cliënt van binnenuit en zal zich niet snel laten verleiden tot een op het externe gerichte beoordeling.

Vanuit de traditionele coaching wordt de coach geacht een grondhouding te hebben van onvoorwaardelijke acceptatie en respect, maar dit betekent echter niet dat de coach het gedrag van de cliënt goedkeurt of er mee instemt. De coach wordt wel verantwoordelijk gesteld voor het aanbieden van optimale omstandigheden, waarin de cliënt in de gelegenheid wordt gesteld zijn gedrag en wat dit gedrag voor hem betekent, te exploreren.

Een goedkeurende danwel afkeurende houding van de traditionele coach kan voor de cliënt een belemmering vormen om dieper af te zakken naar zijn eigen motieven.

Tevens dient de coach zich te houden aan de structurele context van zijn rol als coach en mag hij zich niet laten leiden door eigen angsten, irritaties, ongeduld of eigenbelang. Zijn beroepsethiek vereist een authentieke en congruente bekommernis voor de groei van de cliënt.

Als het gaat om de grondhouding van onvoorwaardelijke acceptatie/respect en empathie, kan ik mij voorstellen dat dit ‘gedrags’-aspecten zijn die de coach kan aanleren of waarin hij getraind kan worden. Echtheid, authenticiteit en congruentie hebben voor mij met iets anders te maken, namelijk: van zelfreflectie naar zelfkennis naar zelfacceptatie. Deze drie laatste genoemde aspecten zijn voor mij de ingrediënten om te komen tot echtheid, authenticiteit en congruentie.

In het boek “Klinische Psychologie; Diagnostiek en therapie van Guus Smeets e.a” staat over authenticiteit onder andere geschreven: *”Authenticiteit is niet zo maar leerbaar. Zij is het product van de persoonlijke ontwikkeling van de therapeut, van zijn aanleg, opvoeding en levenservaring. Een goede leertherapie kan, evenals een persoonsgerichte supervisie, zorgen voor belangrijke groei – ervaringen in dat opzicht. Een zekere mate van authenticiteit zou een criterium moeten vormen bij de selectie voor de opleiding tot psychotherapeut”*.

Mijn eigen betekenis van authenticiteit is als iemand door bepaalde levensgebeurtenissen gedwongen wordt tot zelfreflectie en door deze zelfreflectie tot inzichten in zijn binnenwereld komt en hoe deze binnenwereld zich verhoudt tot de buitenwereld. Vervolgens leveren deze inzichten zelfkennis op en vanuit die zelfkennis leert iemand alle aspecten van zijn persoonlijkheid kennen, de goede én de kwade. Als de betrokken persoon al deze aspecten van zijn persoonlijkheid niet alleen leert kennen, maar er ook verbinding mee maakt en deze volkomen accepteert, ontstaat zelfacceptatie.

Vanuit mijn eigen levensfilosofie en mensvisie zitten authenticiteit en congruentie in eenvoud en moed verborgen. Eenvoud omdat je gewoon doet wat je hart je ingeeft, moed omdat je de weg van je hart volgt. Ongeacht wat ‘belangrijke’ anderen daarover te zeggen hebben.

Zoals ik al eerder aangaf, hanteerde Carl Rogers betreffende congruentie het kernbegrip ‘zelfactualisatietendens’. Dit is op te vatten als een centraal kenmerk van het biologisch leven tot groeien, handhaven en uitbreiden. Het menselijk leven echter voegt daar iets aan toe, want hier gaat groeien, handhaven en uitbreiden gepaard met reflectie op wat er gebeurt. Deze reflectie levert behalve een eigen beleevingswereld vooral het besef van een zelf op.

Men zou dit kunnen definiëren als het voortgaande streven om *in verbondenheid met anderen* gestalte te geven aan een eigen uniek beleefde identiteit. Dit proces begint met het ontstaan van een zelf. Het zelf is een vloeiende Gestalt, waarvan de inhoud is bepaald door persoonlijke ervaringen behorend bij wat en hoe wij menen te zijn en wat en hoe wij kunnen

zijn. Een gezond zelf verandert voortdurend, het ligt niet vast, maar is in wording, met andere woorden, het heeft een proceskarakter.

De wijze waarop zich dat zelf kan ontwikkelen, is afhankelijk van de mate waarin bij het kind de mogelijkheid bestond naar zichzelf te kijken en over zichzelf na te denken. Dat is afhankelijk van de aan- of afwezigheid van belangrijke anderen (ouders en opvoeders) die deze beginnende zelfontwikkeling met hun waardering verwelkomen en begeleiden. Het hierboven beschreven proces is, bij wijze van spreken, de meest ideale.

Dit proces kan ook verstoord worden indien deze waardering en begeleiding, bij de beginnende zelfontwikkeling van het kind, aan voorwaarden en normen verbonden is. Dan kan er een door anderen bepaald star zelfconcept (zelfbeeld) ontstaan. Dit zelfconcept is echter opgelegd door de normen en waarden van anderen.

De zelfactualisatietendens zal zich in de regel blijven manifesteren en gaat gepaard met een stroom van nieuwe ervaringen. Deze nieuwe ervaringen kunnen echter botsen met het door die anderen opgelegde zelfconcept en hier ontstaat incongruentie. Dat wil zeggen, de stroom van nieuwe ervaringen krijgt geen plaats in de belevingswereld. Het zelfconcept zal zich namelijk willen blijven handhaven.

Bovenstaande zou net zo goed voor de coach kunnen gelden. Ook een coach wordt vanuit zijn beroep blootgesteld aan bepaald gedrag van een cliënt. Dit gedrag kan als een 'nieuw ervaren' voor de coach zijn, hetgeen zou kunnen gaan conflicteren met het zelfconcept van de coach, waarmee de coach zich dan vervolgens in het spanningsveld bevindt. Met ander woorden; hij ervaart incongruentie.

De mogelijkheid binnen de traditionele coaching bij het ervaren van incongruentie door de coach, is dit te bespreken tijdens persoonsgerichte supervisie of leertherapie. Zie het citaat op pagina 11 van dit hoofdstuk uit het boek "Klinische Psychologie; Diagnostiek en therapie".

De eisen van authenticiteit en congruentie tezamen met empathie, echtheid, onvoorwaardelijke acceptatie en respect, vormen soms een moeilijk paar. Toch dient binnen de traditionele coaching echter wel aan beide eisen voldaan te zijn. Is de coach niet congruent en authentiek dan zullen onvoorwaardelijke acceptatie en respect, echtheid en empathie in het gunstigste geval als een goed bedoelde suggestie ervaren worden, maar missen ze de overtuigingskracht waar het op aan komt.

In dit hoofdstuk heb ik naast de grondhouding van de traditionele coach, ook het spanningsveld, zoals die beleefd en besproken wordt binnen de traditionele coaching nader toegelicht. Uit de literatuur is gebleken dat het niet altijd zo zeer gaat om wat een coach zegt, maar om wat hij doet, hoe hij handelt en hoe 'echt' dat is of overkomt.

De authenticiteit en congruentie van de persoon van de coach zijn bepalend voor het effect van het coachingstraject.

Tot slot zou ik de vraag willen stellen: wat is 'echt' zijn? Mijn antwoord daarop is: echt 'Zijn'. Voor mij persoonlijk betekent echt 'Zijn', mijzelf authentiek en congruent voelen. Ik wil daar graag een metafoor voor gebruiken in de vorm van de twee vleugels van een vogel, waarbij de ene vleugel het denken symboliseert en de ander vleugel het voelen. Als die twee in balans zijn, is de vogel in staat om te vliegen en ben ik in staat om te handelen. Congruent en authentiek handelen.

Ik wil dit hoofdstuk afsluiten met een kort verhaaltje dat Paul Coelho in zijn voorwoord gebruikt in het boekje de ‘De Alchemist’, en dat mij enorm aanspreekt, omdat de jonge monnik in dit verhaaltje de eenvoud en moed symboliseert waar ik het eerder over heb gehad. Maar dat is niet het enige. Het gaat mij ook om het effect van zijn authentieke handelen.

“Eens besloot Onze – Lieve – Vrouw met het Kindje Jezus in haar armen terug te keren op aarde en een klooster te bezoeken. Trots hadden alle monniken zich opgesteld in een lange rij, en één voor één traden zij voor de heilige Maagd om haar eer te betuigen. Een droeg prachtige gedichten voor, een ander liet zijn miniaturen voor de bijbel zien, een derde somde alle heiligen op.

En zo bewezen ze allemaal, monnik na monnik, eer aan Onze – Lieve – Vrouw en het Kindje Jezus.

Helemaal achter in de rij stond een jonge monnik, de nederigste van het klooster, die nooit de geleerde boeken uit die tijd had bestudeerd.

Zijn ouders waren eenvoudige mensen die in een oud circus in de buurt werkten, en alles wat ze hem hadden geleerd was een beetje jongleren. Toen hij aan de beurt was, wilden de andere monniken de hommage beëindigen, want de jonge ex-jongleur had niets belangrijks te melden en kon het imago van het klooster beschadigen. Maar ook hij voelde in zijn hart een immense behoefte om iets van zichzelf aan Jezus en de heilige Maagd te geven. Beschaamd, de verwijtende blikken van zijn medebroeders in de rug, haalde hij een paar sinaasappels uit zijn zak en begon er mee te jongleren, want dat was het enige dat hij kon. Toen pas lachte het Kindje Jezus en begon in zijn handjes te klappen op schoot bij Onze – Lieve –

***Vrouw. En de Maagd stak haar armen naar hem uit
en liet hem het kind even vasthouden”.***

Hoofdstuk 3:

De rol van de traditionele coach

Uit de literatuur over traditionele coaching blijkt, dat de coach gedurende een coachingstraject meerdere rollen kan aannemen of vervullen.. De rol die de coach aanneemt, is verbonden aan de grondhouding van de coach en de mensvisie, waarover ik in de vorige hoofdstukken heb geschreven. Het kan gaan om een rol die de coach bewust aanneemt, of een rol waar hij 'ingezogen' wordt, de zogenaamde 'valkuilrol'. Dit kan echter bewust of onbewust gebeuren. In dit hoofdstuk zal ik twee rollen beschrijven die Carl Rogers toepasselijk achtte voor zijn counselors, namelijk de rol van de Tuinman en de rol van de Vroedvrouw. Ik acht deze rollen ook toepasselijk voor de coach.

De coach als Tuinman:

Binnen de traditionele coaching is een veel gehoorde opmerking:

“Je hoeft niet aan gras te trekken om het laten groeien, als je zorgt voor de juiste condities, groeit het vanzelf”. In dit licht kijk ik naar de rol van de coach als tuinman. Om in deze beeldspraak te blijven; de coach als tuinman heeft het zaadje van een roos in zijn hand. Hij ploegt de grond om, zorgt voor de bemesting en plant het zaadje, Hij weet dat het een zaadje van de roos is en dat uit dit zaadje uiteindelijk een roos zal groeien en uiteindelijk helemaal zal opbloeien. Vervolgens zorgt hij voor regelmatige bewatering en goede voedingsmiddelen. In deze rol geeft de coach geen richting aan de cliënt, interpreteert hij niet en geeft geen advies. De coach verheldert, maar alleen als dit noodzakelijk is en moedigt de cliënt aan. De coach gaat er vanuit dat uiteindelijk de cliënt zélf het beste zijn eigen problemen kent en kan hanteren. De coach 'ziet' als het ware de mogelijkheden die in ieder mens aanwezig zijn en het is zijn taak om de cliënt die mogelijkheden te helpen ontdekken en te benutten. De coach als tuinman, zorgt voor de juiste condities om het zaad te laten groeien.

Hiermee worden de vier condities bedoeld waar Carl Rogers het steeds over heeft gehad, namelijk;

- 1) onvoorwaardelijke acceptatie en onvoorwaardelijk respect
- 2) empathie
- 3) echtheid
- 4) congruentie

De condities die ik hier beschrijf hebben in feite betrekking op de grondhouding van de traditionele coach. In de rol van de tuinman, zorgt de coach er voor dat in ieder geval aan de condities van een niet-beoordelende en accepterende sfeer is voldaan.

De coach als Vroedvrouw:

De coach als vroedvrouw creëert de persoon niet, maar assisteert slechts bij de geboorte van de nieuwe persoon. Hiermee wordt bedoeld dat de vroedvrouw slechts aanwezig is en alleen stuurt wanneer het nodig is. Het kind (de cliënt) moet 'zelf' door het geboortekanaal. De vroedvrouw is de facilitator en de cliënt is de initiator.

Ik heb twee rollen beschreven die de coach bewust inneemt in een coachingstraject. In de literatuur heb ik gezocht naar het verschil tussen de Tuinman en de Vroedvrouw. Dit verschil heb ik niet kunnen vinden. Wel zie ik de overeenkomst tussen de beide rollen, namelijk die van een voorwaarden scheppende rol, waarbij niet actief wordt ingegrepen in het proces, maar slechts de juiste voorwaarden worden gecreëerd voor de groeipotenties van de cliënt.

Op het moment dat een coach met zijn coaché een traject ingaat, is er sprake van een sociaal beïnvloedingsproces. De coach zal proberen zijn coaché te beïnvloeden, maar andersom zou er sprake kunnen zijn dat de coaché probeert de coach te beïnvloeden. Bijvoorbeeld vanuit een gevoel van weerstand tegen verandering. Dit beïnvloeden door de coaché vanuit weerstand, kan zowel bewust als onbewust plaatsvinden. Het is de taak van de coach om in het coachingstraject het gedrag en de handelingen van zijn coaché goed te kunnen observeren. Behalve dat de coach zijn coaché observeert, zal hij tegelijkertijd ook zijn eigen gevoelswereld moeten observeren. Bijvoorbeeld om te kijken of te voelen in hoeverre de coaché op hém invloed heeft. Hij dient hier alert op te zijn. Heeft de coach voldoende zelfkennis, dan zal hij een eventuele weerstand die de coaché bij hem oproept tijdig kunnen onderkennen en hier ook meteen iets mee doen.

Bijvoorbeeld door de coaché meteen feedback te geven op zijn gedrag, of de gevoelde weerstand tijdelijk te ‘parkeren’ om daar op een ander of gunstiger tijdstip mee aan het werk te gaan. Hetzij door alsnog feedback aan zijn coaché te geven, hetzij door intervisie of supervisie. Heeft de coach echter onvoldoende voeling met zijn gevoel, heeft hij een gebrek aan zelfkennis, dan loopt hij het risico om in een valkuilrol gezogen te worden. Deze valkuilrollen zijn:

De coach als Redder (valkuilrol):

In deze rol, zo schrijft Mia Leijssen in het stuk ‘De Therapeut’ wil de coach zich verdedigen tegen het ondraaglijke gevoel van hulpeloosheid en probeert de coach soms de rol van de redder aan te nemen. In deze situatie komt de coach te weinig voor zichzelf op en gaat hij eigen gerechtvaardigde belangen veronachtzamen: hij laat de zittingen bijvoorbeeld te lang duren, staat veelvuldige contacten toe, laat zich niet of weinig betalen. In een houding van zelfoverschatting kan hij over de schreef gaan en dingen doen die niet thuis horen in een therapeutische relatie. Hier liggen ook narcistische valstrikken en kan de coach die meent alles te kunnen genezen, zijn toevlucht nemen tot magische en destructieve praktijken.

Omtrent de rol van ‘Redder’ stond verder in hetzelfde stuk geschreven: *“Wel wordt de affiniteit met het archetype van de gewonde heler door veel therapeuten onderkend. De mythe van Asklepios – de archetypische heler – wordt door Thick (1996) zelfs aangegrepen om essentiële kenmerken van een therapeut op te roepen. De therapeut dient de wonden uit zijn verleden te kennen en te verzorgen, de vrouwelijke en de mannelijke pool in zichzelf te integreren, zich te verhouden met creatieve en destructieve krachten, zowel instinctieve als geestelijke kennis te kunnen benutten en zijn beperkingen te aanvaarden.*

De coach als onnipotente zorgdrager (valkuilrol):

Een ander stuk dat eveneens is geschreven door Mia Leijssen, met als Titel: ‘Werken met de Innerlijke Criticus’, gaat over de Onnipotente Zorgdrager:

“Deze tegenstrijdige en indirecte manier van interageren ‘verleidt’ de coach vaak tot het innemen van een complementaire positie. Dit betekent dat de coach in de rol van onnipotente zorgdrager zal ‘schieten’ die het onmogelijke in het vooruitzicht stelt – hij tracht de cliënt er van te overtuigen dat deze wel degelijk de moeite waard is en dat zijn zelfkritiek ongegrond is; hij garandeert de cliënt dat alles weer in orde zal komen.

De valkuilrollen die ik hierboven besproken heb, hebben te maken met de weerstand van de coach en het daaraan verbonden risico dat de coach in zo een valkuilrol schiet. Ik wil hier ook aangeven hoe vanuit de traditionele coaching omgegaan wordt met de weerstand van de coaché.

De reden hiervan is dat de traditionele coaching anders omgaat met weerstanden van de coaché dan de provocatieve coaching. Het is bedoeld om een vergelijk te maken. De traditionele coaching adviseert niet te negatief om te gaan met de weerstand van de coaché. Weerstanden dragen vaak een onzichtbare boodschap met zich mee. Er kan sprake zijn van een onbewust afweer – of verdedigingsmechanisme en uiteindelijk stelt niet iedereen zich even makkelijk open in een gesprek. Mensen zijn vaak bang om hun eigen autonomie en vrijheid te verliezen en die angst moet niet bestreden worden. Integendeel, hoe meer je er tegen strijdt, hoe meer reden van bestaan zij heeft. Wat ook geadviseerd wordt is het eigen standpunt van de coach even in de ijskast te zetten, of de kritiek proberen te herformuleren van een negatieve opmerking naar een positieve vraag.

Persoonlijk denk ik dat wij dagelijks, vanuit de verschillende levensdomeinen, zoals werk, relatie en privé, diverse rollen aannemen en dit bewust of onbewust doen. Daarnaast denk ik dat hoe meer zelfkennis iemand heeft, des te bewuster iemand is van de rol die hij op dat moment speelt, of hij in een rol gezogen wordt of de verleiding voelt tot het aannemen van een rol.

In dit hoofdstuk heb ik twee rollen besproken van de traditionele coach, die van de tuinman en de vroedvrouw. Ook heb ik besproken welk risico de coach loopt als hij onvoldoende contact heeft met zijn gevoel en hoe hij dan in een valkuilrol terecht kan komen. Tevens heb ik besproken hoe binnen de traditionele coaching omgegaan wordt met de weerstanden van de cliënt.

Het volgende hoofdstuk zal gaan over het ontstaan van provocatieve coaching.

Hoofdstuk 4: Het ontstaan van Provocatieve coaching

Aan de basis van de provocatieve coaching, ligt de provocatieve therapie, waarvan Frank Farrelly de grondlegger is. Frank Farrelly is geschoold in de Psychoanalytische gesprekstechnieken en werkte in een psychiatrische inrichting met chronische schizofrenen.

In 1956 start Farrelly met zijn opleiding tot Social Worker aan de Catholic University in het District Columbia in Amerika. Farrelly heeft in dat jaar, als student, zijn eerste case met een blanke jongeman van 15 jaar. Hij beschrijft hoe het gesprek volledig mislukt en hij tot de conclusie komt dat hij nog erg veel moet leren over de gespreksvoering met cliënten. Farrelly is vastbesloten om een gesprek als dit nooit meer te laten plaatsvinden.

In zijn boek: 'Provocatieve Therapie', dat hij samen met Jeff Brandsma heeft geschreven, beschrijft hij hoe hij in eerste instantie werkte met de Psychoanalytische gesprekstechnieken. Zijn ervaringen met deze gesprekstechnieken zijn voor hem teleurstellend en hij komt steeds meer tot het besef dat hij met de psychoanalytische gesprekstechnieken weinig tot geen resultaat boekt. Sterker nog; hij raakt gefrustreerd door het uitblijven van resultaten.

Hij ergerde zich aan de manier waarop psychiatrische patiënten en dan met name de chronisch schizofrenen, werden behandeld. Naar zijn mening wordt de patiënt te veel gezien als een hulpeloos, zielig en ongelukkig persoon. Hij is van mening dat de omgeving hen ziek maakt of houdt, en dat de psychiatrische inrichting hierin meehelpt, door de patiënt te hospitaliseren. Volgens Farrelly vermindert de psychiatrische inrichting alle sociale en maatschappelijke prikkels, omdat de patiënt als onmachtig wordt beschouwd. Het wordt de patiënt erg makkelijk gemaakt. Door de prikkels weg te nemen, neem je ook de stimulans weg om de patiënt kritisch naar zichzelf en naar zijn situatie te laten kijken. Farrelly vindt echter wel dat men rekening moet blijven houden met de complexiteit van de problemen en de factoren die een rol spelen. Hij vindt echter dat deze nog te veel op de voorgrond spelen. In plaats van zich bezig te houden met 'hoe het zou moeten zijn', of 'hoe het zou zijn geweest' zou men volgens de visie van Farrelly meer moeten kijken naar 'hoe het is'.

Farrelly beschrijft in zijn boek een aantal casussen met patiënten, die bij hem tot andere inzichten leidden. Hij blijft echter een gevoel van frustratie houden en heeft kritiek op de gangbare therapeutische methodiek. De behandelaar, zo zegt Farrelly, ziet één ding over het hoofd, namelijk; *de cliënt zelf*.

In 1957, zijn tweede stagejaar, werkt Farrelly in het St.Elisabeths Hospital in Washington en krijgt hij wederom een case. Het betreft een zwarte vrouw genaamd Rachel Stein. Deze patiënte had al diverse behandelingen gehad, zoals elektroshocktherapie, insulinecomatherapie, etc, waarvan de resultaten nihil waren. Nadat hij haar gedurende zeven maanden, twee keer per week had gezien en niets met haar had bereikt, moest hij een presentatie over haar houden tijdens een stafbijeenkomst. De staf complimenteerde hem met de goede voorbereiding van de presentatie, maar had ook met hem te doen, omdat hij zo weinig had bereikt. Het was immers ook 'erg moeilijk om met geesteszieken te werken'. De staf had hem geadviseerd om de case af te ronden en met de familie te gaan werken om hen voor te bereiden op de 'sombere' prognose en deze te accepteren. Rachel zou naar een andere afdeling gaan waar nog meer hopeloze gevallen zaten. Farrelly raakte hiervan behoorlijk gedeprimeerd en zijn supervisor waarschuwde hem om zijn tegenoverdrachtgevoelens niet aan de cliënt te laten blijken en gaf hem opdracht de case af te ronden.

Gefrustreerd vertelde Farrelly twee medestudenten over zijn ervaringen met Rachel en dat hij maar geen resultaten had bereikt. Deze twee medestudenten adviseerden hem om het boek van Carl Rogers te lezen getiteld: 'Cliënt – Centered – Therapy'. In eerste instantie voelde Farrelly weerstand bij het lezen van het boek, hij vond het oppervlakkig en het stond erg ver af van het Freudiaanse evangelie waarmee hij was opgeleid en er leek volstrekt geen diepte in te zitten. Totdat hij een paar verslagen tegenkwam in het boek, waarvan hij wél onder de indruk was.

Hij besloot de pas verworven kennis, de non – directieve – methodiek, meteen toe te passen op Rachel. Het lukte hem om Rachel meer vanuit háár interne referentiekader te begrijpen, om dáár te beginnen waar zij was en om stapje voor stapje bij haar te blijven in een poging om empatisch begrip te creëren. Twee weken later en zes gesprekken verder had er een significante verandering plaatsgevonden bij Rachel, hetgeen een ieder op die afdeling opviel. Farrelly spreekt over een 'wederopstanding' bij Rachel.

Farrelly bemerkte dat hij met deze nieuw verworven kennis weliswaar resultaten boekte, maar hij bleef na verloop van tijd toch met frustraties zitten. Die frustraties, zo bleek later, bleken bij Farrelly te zitten in het niet meteen kunnen uiten van de zogenaamde 'overdrachtsgevoelens'. Binnen de psychoanalyse zijn weerstand, overdracht, tegenoverdracht en interpretatie, sleutelbegrippen. Waar Frank Farrelly mee zat, was dat hij met zijn overdrachtgevoelens niets 'mocht' doen. Zeker in die periode, de jaren '50 en '60, was het uit den boze, not done, om deze gevoelens met de patiënt te bespreken. Hoe hij vervolgens met deze overdrachtgevoelens omging beschrijft hij verder in zijn boek aan de hand van nog een aantal casussen. Het voert voor mij te ver door om alle casussen die Farrelly in zijn boek beschrijft weer te geven, daarom zal ik deze in essentie weergeven en de conclusie die Farrelly hieruit trok. Die conclusies zijn relevant voor het ontstaan van de provocatieve therapie en later coaching.

De case van de simulerende gek:

In 1958 werkte Farrelly inmiddels in het Mendota State Hospital in Madison, Wisconsin. Hij had daar een baan bemachtigd en was daardoor in de gelegenheid dicht bij Carl Rogers te werken. Hij kreeg daar te maken met een patiënt, een oorlogsveteraan, die de artsen zo ver had gekregen hem voor 'gek' te laten verklaren, omdat een half jaar in het leger hem 'gek had gemaakt'. De man maakte er een gewoonte van zich te laten opnemen, zijn uitkering daardoor op te sparen om het vervolgens weer uit te geven etc. Farrelly had steeds meer moeite om warm en empatisch naar de man te zijn als deze weer eens zat te gnauwen hoe hij het systeem te grazen had genomen. Daarnaast ontdekte Farrelly dat de man nogal angstaanjagende en obscene brieven schreef aan een jonge secretaresse op de afdeling. Farrelly werd hier zo woedend over dat hij 'de therapie het raam uitsmeet' en de man woedend hiermee confronteerde en tegen hem zei: "Als jij nog één regeltje van die vuiligheid aan haar durft te schrijven, zal ik er persoonlijk voor zorgen dat jij in de isoleercel terecht komt en dat de sleutel wordt weggegooid". Tot zijn grote verbazing antwoordde de man spontaan: "Je kunt mij niet ter verantwoording roepen.... Ik ben geestesziek!". Farrelly was door dit antwoord totaal verbluft. Hij had nog nooit meegemaakt dat een patiënt zich zo schaamteloos verschool achter een naar zijn mening onterecht excuus voor zijn gedrag.

Conclusie Farrelly:

Hij realiseerde zich dat hij door zijn explosie al de sociale voelsprietten en bordjes met verboden toegang van de man had omzeild en de heel spontane, centrale vooronderstelling bij hem had blootgelegd, dat hij dacht alles maar te kunnen doen, waar en wanneer hij maar wilde, want hij was toch 'geestesziek'.

Herbeleving van een Drama;

In 1959 werkte Farrelly één dag in de week als adviseur buiten de kliniek. Hij had een case overgenomen van een collega, betreffende een mannelijke patiënt die erg paranoïde was ten aanzien van de huwelijkstrouw. Men vermoedde dat de vrouw van de man vreemd ging. De man was opgenomen in de kliniek en men vermoedde dat de vrouw inderdaad vreemd ging, maar zij had daar gedurende een jaar niets over losgelaten. Totdat Farrelly naar de vrouw ging voor een interview. In het interview bekende de vrouw grif dat zij inderdaad vreemd ging. Achteraf bleek dat de gulp van Farrelly tijdens het interview open stond. Blijkbaar was dat aanleiding voor de vrouw om haar onttrouw toe te geven.

Conclusie Farrelly:

Hij wordt zich bewust niet alleen pijn en ellende in dit werk tegen te komen, maar ook grappige situaties. Komedie en tragedie geven samen gestalte aan dit werk. Hij leert lachen om zichzelf en zijn fouten.

Het congruentie - experiment:

Farrelly besluit samen met de afdelingspsycholoog een experiment te doen waarbij de beide therapeuten volledig congruent zijn naar de patiënt, maar ook naar elkaar toe. Iedere gedachte, gevoel en reactie zullen met de patiënt gedeeld worden, maar de therapeuten zullen dit ook naar elkaar doen in aanwezigheid van de patiënt. Er komt een patiënt binnen met een nogal lachwekkend uiterlijk en Farrelly schiet in de lach en de tranen lopen hem over de wangen. De andere therapeut draait zich beschaamd weg en vindt dat Farrelly dit niet kan maken. De patiënt vindt de reactie op hem van Farrelly echter Ok en zegt dat hij juist probeert mensen aan het lachen te krijgen, maar dat de mensen dan op het verkeerde moment gaan lachen, waardoor de cliënt altijd in de problemen komt.

Conclusie Farrelly:

Volstreekte congruentie, consequent volgehouden, werkt uitstekend in therapeutische gesprekken. Je kunt om de patiënt lachen zonder hen schade te berokkenen, het helpt hen zelfs en tast hun niet in hun waarde aan. Farrelly concludeert dat hij zichzelf geen geweld hoeft aan te doen in de therapeutische gesprekken.

Gezien zijn voortdurende frustraties, ging hij op advies van enkele bevriende collega's, een boek lezen van Standal en Corsini getiteld: 'Critical Incidents in Psychotherapie'. Bij het lezen van het boek, ontdekte Farrelly dat het helemaal niet zo verkeerd was om de opgekropte gevoelens naar de patiënt te spuien en dat tegenoverdrachtgevoelens helemaal niet zo negatief werkte voor de patiënt, maar juist zeer terechte en noodzakelijke informatie was waar de patiënt mee aan het werk kon. Farrelly omschrijft ook in zijn boek hoe hij omgaat met zijn 'flapuitigheid' en tegenoverdrachtgevoelens. Dat hij de behoefte heeft toe te geven aan het flapuiten en het meteen bespreekbaar maken van zijn gevoelens met de cliënten. Hij zag dat dit een positief effect had op zijn cliënten, én het bevorderde zijn eigen werkwijze.

Verder beschrijft Farrelly hoe hij op een gegeven moment genoeg had van de rollen van de 'Tuinman' en de 'Vroedvrouw'. Dit waren rollen die door Carl Rogers waren bedacht en die hij toepasselijk vond voor de therapeut. De 'Tuinman' zorgde voor de juiste condities om het zaad te laten groeien, de 'Vroedvrouw' creëerde de persoon niet, maar assisteerde slechts bij zijn geboorte.

Frank Farrelly omschrijft dit proces van zich losmaken van deze rollen als volgt:

"Het was duidelijk dat ik aan het ontdekken was dat de traditionele rol van de passief luisterende therapeut voor mij niet was weggelegd.

Ik bleek steeds slechter in staat om uitsluitend naar de patiënt te luisteren en voorbij te gaan aan de signalen die ik tot in diep in mijn binnenste luid en duidelijk kon waarnemen en ook voorbij te gaan aan de feedback die ik over deze patiënten kreeg, van hun familieleden, de staf en van andere patiënten. En ik weet nog dat ik in die tijd tegen de mensen zei, dat ik de 'hele bliksemse bende' wilde. Ik wilde in de gesprekken niet alleen maar mijn gevoelige, empathische begrip voor de belevingswereld van de patiënt stoppen, maar wilde hem ook in contact brengen met de manier waarop anderen hem zagen en hem feedback gaven vanuit iedere bron die maar voor handen was”.

In juli 1963 stuitte Farrelly in een gesprek met een patiënt die hij Bill noemt, toevallig op iets dat aanvoelde als de kristallisatie van al zijn vorige ervaringen. Hij had met deze patiënt al ongeveer 91 gesprekken gehad, zonder enig resultaat. Hij voelde zich min of meer gedwongen om nog steeds op de non-directieve wijze met Bill het gesprek te voeren.

Hij had immers zijn vorige leerervaringen nog niet geïntegreerd. Hij was met Bill voornamelijk bezig geweest drie basisgedachten op hem over te brengen namelijk:

- 1) jij bent de moeite waard omdat je waardevol bent
- 2) jij kunt veranderen; en
- 3) je hele leven kan er anders uit gaan zien.

Bill daarentegen was bezig geweest met het teruggeven van drie complementaire antwoorden:

- 1) ik ben waardeloos
- 2) ik ben hulpeloos en kan nooit veranderen; en
- 3) mijn leven zal altijd één lange psychotische en therapeutische ellende blijven.

Het werd Farrelly op dat moment duidelijk dat empathisch begrip, feedback, warme aandacht en oprechte congruentie domweg niet genoeg waren en dat zij er op die manier nooit uit zouden komen en zei vervolgens op warme humoristische toon: *“OK, je hebt gelijk, je bent hopeloos! Laten we het in de komende 91 gesprekken nu eens op die manier doen. Ik zal proberen om het vanaf nu met je eens te zijn”.*

Farrelly constateerde dat Bill in enkele luttele seconden vrijwel direct begon te protesteren dat het allemaal niet zo erg was en dat het allemaal wel meeviel. Farrelly geeft dit moment aan als het begin van de Provocatieve Therapie, hoewel de naam van de therapie nog niet concreet was.

De ervaringen van Farrelly met de Psychoanalytische gespreksvoering en de non-directieve methode, leidde ertoe dat Farrelly een andere visie op de mens kreeg. Hieruit ontstonden ook een aantal nieuwe vooronderstellingen en stelde Farrelly twee nieuwe hypothesen.

Tevens beschreef hij in zijn boek een aantal duidelijke doelen die hij met zijn cliënten wilde bereiken.

Vanuit die nieuwe mensvisie van Farrelly, zijn een aantal vooronderstellingen ontstaan die ik hier op een rijtje zet:

- 1) Mensen veranderen en groeien in antwoord op een uitdaging.
- 2) Cliënten kunnen veranderen als zij daarvoor kiezen.
- 3) Cliënten hebben veel grotere mogelijkheden om aangepaste, productieve en gesocialiseerde levenswijzen te ontwikkelen dan zij zelf en veel therapeuten aannemen.
- 4) De psychologische kwetsbaarheid van cliënten wordt schromelijk overdreven, zowel door henzelf als door anderen.
- 5) De onaangepaste, improductieve, asociale houdingen en gedragingen van cliënten kunnen ingrijpend worden veranderd, ongeacht de ernst van het probleem en de bestaansduur ervan.

- 6) Ervaringen die men als volwassene heeft gehad, of in ieder geval recent, zijn minstens zo belangrijk, zo niet belangrijker dan de jeugdervaringen, of ervaringen die relatief lang geleden hebben plaats gehad, als het gaat om de vorming van de cliënt in zijn waarden, zijn levensopvattingen en zijn gedrag.
- 7) Het gedrag van de cliënt ten opzichte van de therapeut is een relatief nauwkeurige afspiegeling van zijn gedragspatronen in sociale en interpersoonlijke relaties.
- 8) Mensen zijn zinnig: het menselijk dier is uitzonderlijk logisch en begrijpelijk.
- 9) Het tonen van therapeutische wreedheid en blijmoedig sadisme ten aanzien van cliënten kan hen opmerkelijk helpen (Farrelly heeft dit later veranderd in 'Hardhandige liefde').
- 10) De belangrijkste boodschappen tussen mensen zijn non-verbaal.

Verder heeft Farrelly twee centrale hypothesen gesteld voor de provocatieve therapie: De eerste hypothese richt zich op de houding van de cliënt ten aanzien van zichzelf, zijn zelfconcept:

Als de cliënt op humoristische en zorgzame wijze door de therapeut wordt geprovoceerd, en dat plaatsvindt binnen zijn eigen referentiekader, heeft de cliënt de neiging om zichzelf te veranderen op een manier die tegengesteld is aan de definitie die de therapeut van hem als persoon geeft.

De tweede hypothese richt zich op het zichtbare gedrag van de cliënt:

Als de cliënt door de therapeut provocatief wordt aangemoedigd (humoristisch en zorgvuldig) om zijn zelfbelemmerende, deviante gedrag voort te zetten, heeft de cliënt de neiging om gedrag te gaan vertonen dat meer in overeenstemming is met de sociale normen, doordat hij zichzelf en anderen op veel positiever wijze gaat bezien.

De specifieke doelen zijn:

- 1) Het bevestigen van de eigenwaarde, zowel door taal als door gedrag.
- 2) Het doelmatig voor zichzelf kunnen opkomen, zowel bij het uitvoeren van taken als in relaties.
- 3) Het zichzelf op realistische wijze kunnen verdedigen.
- 4) Het aandurven om de eigen psychosociale werkelijkheid te testen en het verwerven van het noodzakelijke onderscheidingsvermogen om adequaat te kunnen reageren. Globale waarnemingen leiden tot globale stereotype reacties; gedifferentieerde waarnemingen leiden tot adequate reacties.
- 5) Het durven aangaan van risico's in persoonlijke relaties, met name waar het gaat om het overbrengen van affectie en kwetsbaarheid, op het moment dat de cliënt die ook werkelijk ervaart voor mensen die belangrijk voor hem zijn. De woorden: "Ik heb je nodig, ik mis je, ik geef om je", horen erbij als je je in een relatie aan een ander toevertrouwt maar zijn vaak buitengewoon moeilijk te uiten.

Het was Farrelly nog niet gelukt om de nieuwe methodiek een naam te geven. In dit proces passeerden een aantal namen de revue: Protesttherapie, Schertstherapie, Provocatietherapie,

Provocatieve Therapie, Humorthherapie en in een dolle bui werden daaraan toegevoegd: Vuilbekketherapie, Bezondigingstherapie, Aanvalstherapie, Giecheltherapie etc. Uiteindelijk is gekozen voor de naam Provocatieve Therapie op basis van de argumenten dat het nooit mogelijk is om alle technieken, doelen en de achterliggende filosofie van een systeem te vatten in een naam die uit twee of drie woorden bestaat. Voordat deze nieuwe naam was bedacht, was Farrelly al bezig met Provocatieve Therapie, het had alleen nog niet de naam en de vorm.

In het jaar 1963 was het voor Farrelly duidelijk, dat de methodiek van Provocatieve Therapie zich uitkristalliseerde in het gesprek met Bill, waarbij Farrelly duidelijk de elementen Humor en Uitdaging aan zijn nieuwe therapie toevoegde.

De vraag zou nu gesteld kunnen worden: ‘wat is nu de noviteit van de Provocatieve therapie/coaching’? De noviteit is dat Farrelly met name twee factoren heeft toegevoegd namelijk; humor én uitdaging. Farrelly had gedurende zijn loopbaan ontdekt, dat als hij deze twee elementen in de behandeling gebruikte, zijn patiënten verrassend snel vooruit gingen. Ik verwijs daarbij naar voornoemde casussen als voorbeeld. Uiteindelijk is de provocatieve hulpverlening zo een twintig jaar geleden ‘ontdekt’ door Jaap Hollander en Anneke Meijer. Zij zijn de oprichters van het IEP, hetgeen staat voor Instituut Eclectische Psychologie, te Nijmegen. Via het Neuro Linguïstisch Programmeren (NLP) kwamen zij in contact met Frank Farrelly, waaruit een regelmatige samenwerking is ontstaan.

Samen met Farrelly, hebben Jaap Hollander en Jeffrey Wijnberg de vooronderstellingen verder uitgewerkt. Deze zien er thans als volgt uit:

- 1) Het meest persoonlijke is universeel.
- 2) Mensen zijn veerkrachtiger dan zij lijken.
- 3) Een beetje wantrouwen is gezond.
- 4) Mensen lachen gauwer dan je denkt.
- 5) Uitdaging schept een band.
- 6) Als je een ezel vooruit wilt laten lopen, moet je hem aan zijn staart trekken.
- 7) Iemand gaat structuur aanbrengen, als de coach het niet doet, doet de cliënt het zelf.
- 8) Zijpaden en omwegen leiden naar de kern.

Overigens is de Provocatieve Therapie en Coaching niet beperkt gebleven tot Nederland, maar zijn er organisaties in Duitsland, Engeland en Australië, die zich bezighouden met deze vorm van therapie en coaching.

Zo heb je in Duitsland het Duits Instituut Provocatieve therapie (het DIP), in Engeland het British Institute of Provocative Therapy, in Australië het EFT Down Under, waarbij EFT staat voor Emotional Freedom Techniques, in Nederland het IEP, en last but not least, the man himself, Frank Farrelly in Amerika die daar eveneens zijn eigen instituut heeft.

Geconcludeerd kan worden dat de provocatieve hulpverlening zo rond de jaren tachtig in Nederland is geïntroduceerd door Anneke Meijer en Jaap Hollander van het IEP. Hierna zijn Jaap Hollander, Anneke Meijer en Jeffrey Wijnberg hiermee verder gegaan en hebben dit verwerkt tot een nieuwe manier van coachen; het Provocatieve Coachen. Ook dit provocatieve coachen vereist een bepaald grondhouding van de coach. Deze grondhouding van de provocatieve coach zal dan ook in het volgende hoofdstuk beschreven worden.

Hoofdstuk 5:

Grondhouding van de provocatieve coach

Allereerst wil ik de term provocatief toelichten. Provocatief is samengesteld uit de woorden ‘pro’ en ‘vocare’ en als één woord pro-vocare hetgeen betekent ‘naar voren roepen’. Mijn eigen interpretatie daarvan is dat je als provocateur dus ‘iets’ naar voren roept. Ik heb het woord ‘Provocateur’ opgezocht in het woordenboek en daarin stond: *iemand die uitlokt, uittart*. Verder stond er onder andere over het woord ‘provocatie’ in het woordenboek: *”het opzettelijk te voorschijn roepen van ongewenste toestanden of handelingen om daarin een argument te vinden zelf repressief op te treden”*. Nu denk ik niet dat het de bedoeling van een provocatief coach is om bij een cliënt ongewenste handelingen of toestanden op te roepen om daar vervolgens *repressief*, d.w.z. onderdrukkend of beteugelend, tegen op te treden. In de context van het provocatief coachen gaat het voornamelijk om het uitdagen van de cliënt om bepaald gedrag, bijvoorbeeld assertiviteit, te laten zien.

De grondhouding van de traditionele coach verschilt niet zo veel van de grondhouding van de provocatieve coach. Er zijn zogezegd meer overeenkomsten dan verschillen. Zo zijn de overeenkomsten in ieder geval dat in beide vormen van coaching de grondhouding van de coach herkenbaar moet zijn in: empathie, echtheid, onvoorwaardelijke acceptatie en respect. Het verschil echter met de traditionele coach is dat de provocatieve coach gedurende het hele proces duidelijk contact zoekt met zijn cliënt. Hetzij middels fysiek contact, hetzij middels een ‘twinkling in the eyes’, zoals Farrelly dat zegt.

In de literatuur over de provocatieve coaching spreekt men over basishouding in plaats van over de grondhouding. De basishouding uit zich in positieve acceptatie en waardering van en voor de cliënt zoals die is, hetgeen voor mij vergelijkbaar is met de grondhouding vanuit de traditionele coaching. Het verschil met de grondhouding van de traditionele coaching zit voornamelijk in de toevoeging van drie belangrijke elementen namelijk; contact, humor en uitdaging.

In zijn voorwoord ten geleide van de Nederlandse vertaling van het boek: ‘Provocatieve Therapy’, heeft Frank Farrelly het over ‘therapeutische wreedheid’ en ‘blijmoedig sadisme’. Termen waar ik in eerste instantie van schrok en zo ook bij nader inzien Frank Farrelly zélf. Hij vermeldt dan ook in zijn voorwoord dat hij die termen heeft ingewisseld voor de uitdrukking ‘hardhandige liefde’. Later heeft hij dit weer veranderd in ‘liefdevol plagen, of uitdagen met humor’. Volgens Frank Farrelly zitten in veel traditionele therapeuten een provocatieve therapeut te popelen om vrijgelaten te worden.

Contact:

De basishouding is positieve acceptatie en waardering van en voor de cliënt, wat non verbaal gecommuniceerd wordt doordat de provocatieve coach warm contact uitstraalt. Dit warme contact heeft binnen de provocatieve coaching de hoogste prioriteit. In tegenstelling tot de traditionele coaching is er binnen de provocatieve coaching nog een vorm van contact, namelijk fysiek contact. Waar deze vorm van contact binnen de traditionele coaching tot een minimum dient te worden gereduceerd, heeft de provocatieve coach veelvuldig functioneel fysiek contact met zijn cliënt.

Toen ik besloten had een scriptie over provocatieve coaching te schrijven en daarover een gesprek had met Jeffrey Wijnberg aan zijn praktijk in Groningen, viel mij meteen op dat in zijn praktijkkamer twee zeer comfortabele stoelen pal tegenover elkaar stonden. Ik nam in de ene stoel plaats en Jeffrey in de ander, waardoor wij frontaal tegenover elkaar zaten en onze knieën elkaar nét niet raakten.

Nadat ik heb hem over dit fysieke contact bevroeg deed hij voor hoe hij dat met zijn cliënten deed, bijvoorbeeld met zijn handen tegen mijn knieën aanstoten of lichtjes met zijn voeten tegen mijn schenen tikken.

Belangrijk in dit fysieke contact is dat de houding van de provocatieve coach dient uit te drukken dat hij contact gaat maken, en de cliënt voelt dat hij een relatie aangaat met hem/haar als persoon. Deze ervaring was vreemd voor mij, omdat vanuit het Europees Instituut ons altijd is onderwezen dat je de cliënt in principe niet aanraakt, tenzij je als coach te maken krijgt met een cliënt die bijvoorbeeld in paniek raakt. De aanraking bestaat dan slechts uit een hand op de schouder, zodat de cliënt een gevoel krijgt dat je er voor hem/haar bent. Dit doet de coach alleen nadat de cliënt hiervoor toestemming heeft gegeven.

Humor:

Humor is de tweede randvoorwaarde met een iets lagere prioriteit dan contact, maar eveneens belangrijk. Het is hierbij de bedoeling dat de provocatieve coach bij zichzelf een vrolijke humoristische stemming oproept. Een harde voorwaarde voor de toepassing van het element humor is wel dat dit met compassie gebeurt. Humor zonder compassie is géén provocatieve coaching. Dat is sarcasme. In hun nieuwste boek: ‘Succes is ook niet alles’ waarschuwen Jeffrey Wijnberg en Jaap Hollander eveneens voor de valkuil spitsvondige grappen te debiteren, waarbij de cliënt in de kou komt te staan. Door wel te lachen, maar niet met de cliënt mee te voelen, zegt de coach als het ware: “Jij doet er niet toe. Je bent voor mij een soort figuurtje uit een stripverhaal”. Als remedie geven zij aan dat de coach ten alle tijde bewust moet blijven van de ‘heilige drie-eenheid’: Contact-Humor-Uitdaging.

Ook Farrelly benoemt de humor in zijn boek *Provocatieve Therapie* als een belangrijk element. Hij wijst zijn studenten er keer op keer op dat: *de therapeut niet bezig is geweest met provocatieve therapie, als de cliënt niet op zijn minst in een deel van het therapeutisch gesprek gelachen heeft.*

Toen ik voor het eerst kennismakte met provocatieve coaching en las over het aspect ‘humor’ had ik al snel een (voor)oordeel klaar, ik stelde mij er een soort platte humor bij voor en zag een cliënt in de kou zitten. Daarnaast dacht ik dat de provocatieven het alleenrecht op humor hadden, maar dat is allerm minst waar. Ook bij de psychoanalytische stroming is humor een belangrijk element. In de opleiding tot psychosociaal coach en counselor is het op deze manier echter nooit ter sprake gekomen. Ik wil een stukje citeren van de Jungiaanse analytica Bolen (1986) dat mij enorm aanspreekt:

“De ‘taal van de ziel’ wordt ook gesproken in dromen en humor. Humor is een uiting van geestkracht en kameraadschap midden in de afdaling naar de onderwereld, het is een manier van commentaar leveren op de werkelijkheid, om onzekere tijden vol gevaar en pijn door te komen. Al kunnen grappen oneerbiedig klinken en ver afstaan van mythen en verhalen, toch hebben mythe en humor veel met elkaar gemeen wat betreft de wijze waarop ze ons door een periode in de onderwereld helpen. Beide voeden de geest en zijn uitingen van het onoverwinnelijke element in ons. Humor en mythe plaatsen ons lijden in perspectief en maken pijn gemakkelijker te dragen. Elk functioneert ook als een voetnoot bij de gebeurtenis, om aan te geven dat daar meer achter schuilgaat dan op het eerste gezicht blijkt”.

Na dit serieuze stukje over humor nog een stukje humor uit de psychoanalytische stroming: *“Een keurige dame maakt bij de aanvang van haar therapie een kritische opmerking over de bloembedden in de tuin van Lazarus: “Waarom liggen die twee zerken daar? !”.*

Waarop Lazarus repliceert:

“Ik heb er net één van mijn klinische mislukkingen begraven en indien het zo zou zijn dat u niet meewerkt in de behandeling, dan is de andere grafzerk voor u bestemd”. (Lazarus 1993)

Uitdaging:

Over uitdaging wordt geschreven dat als dit gebeurt zonder humor én contact, deze verandert in cynisme. Er kan pas uitgedaagd worden, als aan de eerste twee randvoorwaarden is voldaan van warm contact en humor. Wijnberg en Hollander zien uitdaging als het meest *onderscheidende* element in de provocatieve coaching, maar zien contact als het meest *belangrijkste* element in de provocatieve coaching. Zij geven aan dat als de coach niet in staat is alle drie de elementen, contact, humor en uitdaging overleefd te houden, dat de coach beter af is met alleen contact, dan alleen met uitdaging. Het idee achter uitdaging is dat de mens in het dagelijks leven ook wordt uitgedaagd om aan negatieve krachten weerstand te bieden en er weer iets positiefs tegenover te stellen. De provocatieve coach daagt zijn cliënt bewust uit en zal de negatieve kanten zwaar overdrijven, zodat de cliënt in een reflex op de positieve kanten gaat zitten. Dit is ook hetgeen dat wordt bedoeld in de vooronderstelling: *‘Als je de ezel vooruit wilt laten lopen, moet je hem aan zijn staart trekken’*.

Naast warm contact, humor en uitdaging die de grondhouding van de provocatieve coach bepalen, zijn er de Farrellyfactoren, die een provocatieve coach te allen tijde in zijn achterhoofd moet houden, om provocatief te kunnen coachen. Jaap Hollander heeft samen met nog twee anderen (Dawes en Duba) Farrelly gemodelleerd. Dit is een begrip uit het Neuro Linguïstisch Programmeren en het betekent dat je iemand met bijzondere vermogens bestudeert om die vermogens overdraagbaar te maken. Farrelly heeft als therapeut zijn benadering nooit in een leerbare methode gegoten. Zodoende hebben Jaap Hollander, Dawes en Duba, Farrelly bestudeerd en niet alleen gekeken naar wat hij gedragsmatig doet, maar ook wat hij belangrijk vindt, waar hij in gelooft, wat hij vanzelfsprekend vindt en wat voor innerlijke voorstellingen hij bij zichzelf oproept.

Met behulp van NLP hebben zij vervolgens een aantal modellen en technieken ontwikkeld, waarmee ook anderen kunnen leren provocatief te coachen. Hieruit zijn de Farrellyfactoren ontstaan. De Farrellyfactoren bestaan uit acht categorieën, waarbij iedere categorie een aantal elementen heeft die gedurende de coaching gebruikt kunnen worden. Het gaat in totaal om 53 elementen. Ik verwijs de lezer, die geïnteresseerd is in deze factoren met bijbehorende elementen bij deze naar het boek van Jeffrey Wijnberg en Jaap Hollander: *‘Succes is ook niet alles’*.

In het hoofdstuk over de grondhouding van de traditionele coach heb ik onder andere ook over het spanningsveld tussen enerzijds authenticiteit en congruentie en anderzijds empathie, echtheid, onvoorwaardelijke acceptatie en respect geschreven. De reden hiervan is omdat dit onderwerp expliciet in de literatuur over de traditionele coaching beschreven is.

In de literatuur over provocatieve coaching is niets terug te vinden over een spanningsveld tussen enerzijds warm contact, humor en uitdaging en anderzijds authenticiteit en congruentie. Persoonlijk betwijfel ik ook of dat spanningsveld überhaupt kan ontstaan. Deze twijfel baseer ik op het volgende. Doordat de provocatieve coach zijn eigen innerlijke gevoelens meteen kan verwoorden naar de cliënt, ontstaat er geen spanningsveld tussen enerzijds warm contact, humor en uitdaging en anderzijds authenticiteit en congruentie. Hiermee is niet gezegd dat de provocatieve coach bij het eerste contact met een cliënt geen weerstand kan voelen. Maar als het een goede provocatieve coach is, zal hij de vrijheid nemen om de weerstand die hij voelt in het eerste gesprek te benoemen en kan dit zelfs functioneel zijn.

Wat echter wel terugkwam in de literatuur is het effect van de provocatieve coaching, op het moment dat de coach daarmee in aanraking kwam en het ook ging toepassen. Cliënten bleken veel meer mogelijkheden te hebben betreffende werk, relatie en hun leven in het algemeen. Ook de verwachting van de coach ten opzichte van zijn cliënten veranderde, omdat hij zijn cliënten niet langer zag als zwak, hulpeloos en hopeloos.

Anderen gaven aan dat zij veel sneller bezig konden met relevante onderwerpen, een grotere verscheidenheid aan cliënten aan konden, de vrijheid durfden te nemen om hun eigen gedragsmatige repertoire te vergroten en veel eerlijker en opener tegen hun cliënten zijn en de cliënten vertelden wat zij van hen dachten en voelden.

De provocatieve coach is heel erg op het gedrag gericht. Dat wil zeggen dat hij voortdurend en dwingend de aandacht vestigt (direct of door provocatie) op de sociale consequenties van de houding en het gedrag van de cliënt in het verleden, heden en de toekomst. Hij wijst er daarbij op hoe die consequenties verbonden zijn met het gedrag van de cliënt. Bovendien bouwt de coach door middel van provocatie, het verzet van de cliënt zélf op tegen diens eigen weerstand door zijn zelfbelemmerende gedrag aan te moedigen en er op die manier protest en weerstand tegen uit te lokken. Kort gezegd, maakt de coach gebruik van de eigen weerstand en verdedigingsmechanismen van de cliënt om hem zichzelf te laten veranderen en zich in een constructievere richting te begeven.

Vanuit de grondhouding (basishouding bij de provocatieve coaching) van warm contact, humor en uitdaging en de Farrellyfactoren, kan de provocatieve coach diverse rollen aannemen. Daar zal het volgende hoofdstuk dan ook over gaan.

Hoofdstuk 6:

De rol van de provocatieve coach

Bij het bestuderen van de literatuur over provocatieve coaching en wat de rol van de coach hierin is, ben ik twee rollen tegengekomen, namelijk; Advocaat van de Duivel en de Nar. Deze twee rollen kwamen iedere keer terug in de literatuur en passen ook bij de mensvisie die de provocatieve coaching hanteert. Deze rollen van de Advocaat van de Duivel en de Nar, verschaffen de coach een zeer grote mate van vrijheid om de doelen te realiseren, zoals ik die in het vorige hoofdstuk omschreven heb.

De coach als Advocaat van de duivel.

In deze rol kiest de coach voor de negatieve kant van de cliënt in diens ambivalentie ten opzichte van zichzelf, de mensen die belangrijk voor hem zijn en zijn doelen en waarden in het leven. In deze ‘Satansrol’ verleidt en spoort hij zijn cliënt aan om vooral door te gaan met zijn zondige gedrag, hij verkondigt dat zijn afwijkende en pathologische gedrag ‘goed’ is en geeft er plausibele verklaringen voor. Daarnaast heeft de coach vanuit deze rol diverse mogelijkheden om de cliënt im- of expliciet te wijzen op de sociale consequenties van diens houding en gedrag. Hij tracht voor de cliënt het onuitsprekelijke uit te spreken, het onvoelbare te voelen en het ondenkbare te denken. De coach verwoordt daarbij alle impliciete twijfels van de cliënt, is de echo van diens ergste gedachten en angsten over zichzelf en over de reacties van anderen op hem.

Volgens het boek *Provocatieve Therapie* van Frank Farrelly hebben cliënten de neiging om hun waarnemingen, reacties en handelen uitsluitend te laten leiden door de slechte, negatieve en pijnlijke dingen in het leven. Door zwaar op de ‘kommer en kwel’ kant van het leven te gaan leunen, probeert de coach de cliënt te provoceren tot het aanvoeren van bewijzen van positieve, concrete, specifieke ervaringen en minstens evenveel tijd te besteden aan die talloze positieve, verblijdende, groeibevorderende ervaringen in zijn leven.

Wat mij erg aanspreekt in deze rol is dat je als coach de vrijheid hebt om meteen naar die gebieden te gaan, waarvan je merkt dat de cliënt allerlei signalen afgeeft om daar vooral vandaan te blijven. In het boek ‘Gekker dan gek’ van Jeffrey Wijnberg stond: “*Dat wat benoemd mag worden heeft bestaansrecht*”.

Waar de cliënt als gevolg van vermijdingsgedrag de neiging kan hebben te denken: “Ik zie het niet, ik benoem het niet, dus het is er niet”, geeft de provocatieve coach de reactie: “Ik zie het, ik benoem het, dus wil ik ook weten of het er is”. Doordat de provocatieve coach alle vrijheid neemt om datgene te benoemen dat hij bij de cliënt ziet en waarvan hij van mening is dat dit incongruentie veroorzaakt, kan hij het zelfbelemmerende gedrag van de cliënt blootleggen.

De coach als Nar.

In vroeger tijden was de Nar de enige die werkelijk alles in zijn rol tegen de koning mocht en kon zeggen, waarmee hij de koning scherp hield. Het testen van de realiteitszin is één van de onderdelen binnen de provocatieve coaching. De provocatieve coach doet dit door middel van *reductio ad absurdum*, hetgeen betekent: herleiding tot het absurde. In de rol van de Nar, zal de provocatieve coach, de door de cliënt ingebrachte beweringen over bijvoorbeeld zijn (dis)-functioneren, uitbouwen naar extremiteiten en het absurd maken, totdat de cliënt het zelf verwerpt. Daarnaast zal de Nar vaak hele idiote bewijzen aanvoeren om de gedachtegang van de cliënt te ondersteunen. De Nar houdt de cliënt constant een spiegel voor. Maar wat is nu eigenlijk het wezen van de rol van de coach als Nar?

De Nar grijnst omdat wij gewichtige rollen spelen en niet door hebben dat het uiteindelijk alleen maar spel is. Hoe chaotisch en verward zij ook lijken, er steekt bij nader toezien, toch altijd methode in hun waanzin. Er is sprake van een wereldbeschouwing en ethos.

De Nar spiegelt of draait de alledaagse werkelijkheid om. De Nar is tegendraads of taboe doorbrekend. Ze zeggen waarheden die anderen heimelijk denken. Wie werkelijk wil leven, blijft zich veranderen en instellen naar het moment. Werkelijke dwazen ontbreekt dat vermogen vaak; bewuste dwazen spelen dat onvermogen vaak overdreven uit als spiegel.

Ook de provocatieve coach krijgt te maken met weerstand. Sterker nog! Hij is er doelbewust op uit om bij zijn cliënt weerstand op te roepen. Het idee achter het bewust oproepen van weerstand door de provocatieve coach is dat daar waar emoties zitten, dat daar wat gebeurt en dat daar kansen liggen voor verandering en groei. Net zoals de traditionele coach, gaat de provocatieve coach er vanuit dat het bespreken van pijnlijke zaken verhelderend, probleemoplossend, desensiterend en helend zal werken. Zij het dat de provocatieve coach expres deze pijnpunten naar boven probeert te halen. Frank Farrelly bedacht hier de term Red – Green Color Blindness voor, hetgeen in het Nederlands betekent: stoplicht kleurenblindheid. Als de cliënt aangeeft dat hij niet over een bepaald onderwerp wil praten, of zelfs als hij nadrukkelijk eist dat de coach erover ophoudt, dan is dat voor de provocatieve coach juist een signaal om er met hernieuwde energie op door te gaan.

Ter illustratie een voorbeeld van zo een provocatief gesprek:

Cliënt: (rustig achteroverleunend in zijn stoel, pratend over zijn vrouwelijke manager).

Dus dan vraag ik mij af hoe ze zo ongevoelig kan zijn. Dat vind ik eigenlijk een hele interessante vraag. Hoe langer ik er over nadenk hoe minder ik er van begrijp. Ik span mij elke keer weer enorm in, en zij doet net alsof ik nooit iets doe. Hoe is zo iets mogelijk? Hoe kan iemand zo tegen een ander aankijken?

Coach: En hoe gaat het met je moeder?

- (kijkt uit het raam) Prima
- Wanneer heb je dat ouwe mens voor het laatst eens opgezocht? Bloemetje gebracht, praatje gemaakt, je weet wel...
- (met heel licht samengeknepen stem) Dat doe ik regelmatig. Hoezo?
- Maar wanneer was dan precies de laatste keer?
- (loopt rood aan, kijkt uit het raam, praat hees) Daar wil ik het dus niet over hebben.
- Aha! Dan wil ik het daar juist over hebben.
- (met natte ogen) Ik zeg toch, daar wil ik het niet over hebben, oké? !? Dat heb ik in mijn psychotherapie al helemaal verwerkt, dus dat heeft echt geen zin om dat nu weer op te gaan rakelen.
- (enigszins sarcastisch) Oh sorry, ik wist niet dat je dat al verwerkt had. Ik dacht: Herman is er zo emotioneel onder, dat kan nooit echt verwerkt zijn. Maar misschien is het een speciaal soort verwerking geweest? Een nieuw soort verwerking waarbij de oorspronkelijke problemen intact zijn gelaten of zo?
- (boos) Wat heeft het nou voor zin om daar weer over te beginnen? Ik zeg toch dat ik het daar niet meer over wil hebben? !?
- Oké, laten we het dan niet over je moeder hebben, laten we het dan over jou hebben, Herman. Laten we het over je non-verbale reacties hebben. Je bloost, je ogen zijn nat, je staart uit het raam, je zit helemaal in elkaar gedoken, je stem klinkt alsof iemand je aan het wurgen is... Wat betekent dat allemaal?
- (heel zacht) Niets!
- Pardon?
- (luider) Niets!
- Dus als ik hier zou zitten en ik barstte in tranen uit en mijn keel zat helemaal dichtgeknepen van de emotie, dan zou jij denken dat er helemaal niets met mij was?
- (zucht) Oké, oké. Ik voel me hartstikke schuldig. Oké? Maar ik durf haar ook niet te bezoeken Oké? Omdat ze me nooit echt ziet, snap je.

- Ja, maar dat is toch helemaal zoals het hoort, Herman? De zoon hoort de moeder te zien en niet andersom!
- Weet je wel hoe erg het is als je eigen moeder geen moer interesse in je heeft?

Volgens de literatuur over provocatieve coaching is het toegestaan dat de provocatieve coach dezelfde manoeuvres uithaalt als de cliënt. De coach mag dus net als de cliënt gebruik maken van grove leugens en ontkenning, verklaringen verzinnen, bijvoorbeeld ter plekke verzonnen onderzoek, de coach mag huilen en idiote gedachten uiten. De gedachte hierachter is dat het gedrag van de cliënt vaak wordt gezien als een manoeuvre om de relatie te controleren en dat de coach dit kan bestrijden door op hetzelfde primitieve niveau te gaan zitten.

Hoofdstuk 7: Conclusie, Slotconclusie & Aanbevelingen.

Dit hoofdstuk bestaat uit een conclusie, een slotconclusie en aanbevelingen. In de conclusie zal ik achtereenvolgens kort en puntsgewijs mijn bevindingen beschrijven betreffende:

- verschil en overeenkomsten vooronderstellingen
- verschil en overeenkomsten grondhouding
- authenticiteit en congruentie in verband met de rol van de coach
- omgaan met weerstand van de cliënt

Vervolgens zal ik in de slotconclusie beschrijven hoe ik hier zelf in sta en wat mijn eigen visie is op het geheel. Tot slot zal ik een aantal aanbevelingen doen.

Conclusie

Verschillen in vooronderstellingen:

Als ik de vooronderstellingen van de beide vormen van coaching, zoals die zijn gepresenteerd in de literatuur naast elkaar leg, zijn zij niet in alles met elkaar vergelijkbaar. Maar bijten elkaar ook niet.

Ik heb een aantal verschillen geconstateerd:

- 1) De traditionele coaching gaat uit van het unieke van de persoon en voor wat er in die persoon omgaat, de provocatieve coaching zegt expliciet dat het meest persoonlijke universeel is.
- 2) De traditionele coaching heeft vertrouwen in de ontwikkeling van de mens, vanuit zelfverwerkelijking, mits onder normale omstandigheden en met de juiste condities. De Provocatieve coaching toont, indien nodig, een gezond wantrouwen.
- 3) De traditionele coaching grijpt niet in in het proces, is zogenaamd non-directief, de provocatieve coaching is directief en begint de ezel aan zijn staart te trekken om hem te laten lopen, of daagt de cliënt uit.

Overeenkomsten in vooronderstellingen:

- 1) Beiden gaan uit van een bepaalde veerkracht van de mens, maar benoemen het anders
- 2) Beiden gaan uit van de eigen verantwoordelijkheid van de mens
- 3) Beiden zien en coachen de mens als geheel
- 4) Beide vormen van coaching gaan naar de kern, de traditionele rechtstreeks, de provocatieve via zijpaden en omwegen.

Verschil en overeenkomst in de grondhouding:

Feitelijk kan er niet gesproken worden over verschillen in de grondhouding. Beide vormen van coaching hebben in principe dezelfde grondhouding van acceptatie, warmte respect etc. Er is echter wel een verschil in de hoe de grondhouding naar de cliënt gecommuniceerd wordt en de benadering van de cliënt.

- 1) De traditionele coach communiceert zijn grondhouding van onvoorwaardelijke acceptatie en respect, echtheid en empathie zowel verbaal als non-verbaal. Hij neemt daarnaast in de relatie tot zijn cliënt een volstrekt neutrale positie in.
- 2) De provocatieve coach communiceert zijn grondhouding van warmte, humor en uitdaging non-verbaal, maar kan verbaal het gedrag, probleem of zelfbeeld van de cliënt op een dramatische wijze afkeuren of juist de hemel inprijzen. Uiteraard doet hij dit gespeeld en behoort dit uitdagende gedrag tot de provocatieve methodiek.
- 3) De traditionele coach maakt geen fysiek contact, tenzij hoogst noodzakelijk en met toestemming cliënt.
- 4) De provocatieve coach maakt voortdurend fysiek contact met zijn cliënt.

Authenticiteit en congruentie in verband met de rol van de coach

De traditionele coach in de rol van de tuinman of de vroedvrouw zal in het coachingstraject een volstrekt neutrale positie innemen. Hij zorgt slechts voor de optimale condities voor zijn cliënt. Wordt de coach geconfronteerd met een bepaald gedrag van zijn cliënt dat conflicteert met zijn zelfconcept, dan kan de coach incongruentie ervaren, hetgeen het coachingsproces zou kunnen stagneren. De neutrale rol ‘dwingt’ de traditionele coach zijn eigen referentiekader opzij te zetten, met als gevolg, zoals ik hierboven omschrijf, het gevoel van incongruentie. Voor hem bestaat dan de mogelijkheid dit te bespreken in supervisie, intervisie of leertherapie.

De provocatieve coach in de rol van de advocaat van de duivel of de nar, heeft de vrijheid om de cliënt meteen feedback te geven op gedrag dat weerstand bij de coach oproept. De provocatieve coach kan zijn eigen gevoelde weerstand functioneel gebruiken om de cliënt feedback te geven op zijn gedrag. Doordat de provocatieve coach zich niet gedwongen voelt zijn neutraliteit ten opzichte van het gedrag van zijn cliënt te handhaven, zal hij minder snel incongruentie ervaren. De provocatieve coach heeft in ieder geval de keuze tot het nemen van een stelling.

Omgaan met weerstand van de cliënt

Als het gaat om het omgaan met weerstanden van de cliënt is er een duidelijk verschil tussen de traditionele coaching en de provocatieve coaching.

De traditionele coach, zoals ik al eerder schreef, neemt in het coachingstraject een volstrekt neutrale positie in. Hij zal zorgvuldig zijn woorden kiezen om te voorkomen dat bij de cliënt weerstand wordt opgeroepen. Wordt deze weerstand wél opgeroepen, dan zal de coach deze weerstand bespreken.

De provocatieve coach zal er juist op uit zijn om weerstand bij de cliënt op te roepen, wetende dat daar de pijnpunten kunnen zitten. De provocatieve coach zal vervolgens deze pijnpunten bespreken, zelfs als de cliënt dit niet wil. De coach doet er zelfs nog een schepje bovenop door als een echter teaser, op een uitdagende en humoristische wijze de cliënt te wijzen op deze ‘gevoeligheden’.

Het literatuuronderzoek dat in de voorgaande hoofdstukken is verwoord, leidt tot de volgende conclusie met betrekking tot de subtitel van mijn scriptie:

De essentie van traditionele coaching en provocatieve coaching en de rol van de coach.

Essentie traditionele coaching:

De traditionele coach is clientgericht. In zijn benadering naar de cliënt kiest hij een volstrekt neutrale positie. De traditionele coach vraagt steeds wat de cliënt nodig heeft voor zijn verdere ontwikkeling, en legt daarbij de nadruk op die positieve ontwikkelingen. Hij luistert actief en geeft de cliënt op een positieve wijze feedback op incongruent gedrag. De traditionele coach zal zijn cliënt vanuit een faciliterende rol benaderen.

Essentie provocatieve coaching:

De provocatieve coach is probleemgericht. Dat wil zeggen dat de provocatieve coach niet de mens, maar diens probleem en het, eventueel daarbij behorende, zelfbeeld aanvalt. De provocatieve coach zal in zijn benadering naar de cliënt duidelijk stelling nemen. Hij doet dit om de cliënt uit te dagen om ook stelling te nemen. Hij vervult hierbij de rol als Advocaat

van de Duivel of de Nar. In die rol past hij de kunst van het omgekeerde denken toe, dat wil zeggen dat hij de negatieve kant van het succes en het voordeel van de mislukking belicht, met als doel de positieve krachten van zijn cliënt te mobiliseren.

Ik heb in deze scriptie onderscheid gemaakt in de rollen van de coaches. Ik zie de rol van de traditionele coach als die van een pleaser. Ik baseer dit op de faciliterende en neutrale rol die hij inneemt in het coachingsproces. En zijn positieve wijze van benadering van de cliënt. De rol van de provocatieve coach zie ik als die van een teaser. Ik baseer dit op zijn wijze van stellingname in het coachingsproces met als doel de cliënt uit te dagen. Als teaser wordt de coach de verpersoonlijking van de innerlijke criticus van de cliënt, maar dan op zeer overdreven en humoristische wijze. Dit biedt de cliënt de gelegenheid om op een meer relativerende manier naar zijn eigen innerlijke criticus te kijken.

Slotconclusie

Ik ben nu een aantal maanden, boeken en bladzijden verder en toe aan het schrijven van de eindconclusie, waarbij bij mij de vraag ontstaat waar ik nu eigenlijk sta. Ik ga daarbij terug naar de inleiding, waarbij ik refereer aan het stukje over mijn competentieanalyse, waarin onder andere mijn non-conformistische inslag en behoefte aan onafhankelijkheid en zelfstandigheid stond beschreven. Zowel de traditionele stroming als de provocatieve stroming spreken mij aan en ik zal zeker in de nabije toekomst de opleiding tot provocatief coach volgen. Echter slechts vanuit de idee dat ik dit als een extra instrument zie om een goede coach te worden en mensen op nog andere wijzen te kunnen begeleiden naar hun doel. Ook voor mij geldt dat je de natuur niet kunt dwingen. Met ander woorden: Je hoeft niet aan gras te trekken om het te laten groeien, als je zorgt voor de juiste condities, groeit het vanzelf. Mijn manier van coachen moet passen bij de mens die ik ben, want alleen vanuit mijn eigen authenticiteit zal ik een goed begeleider zijn. Provocatieve coaching spreekt mij aan omdat er ook in mij een advocaat van de duivel en een nar schuilt en in de provocatieve stroming heb en neem ik de vrijheid die op te roepen wanneer ik hen nodig heb. Daarnaast zie ik de provocatieve coaching als een meer dynamisch proces, anders dan de traditionele coaching, waar de coach een meer passieve rol heeft. Het gaat er mij om welk systeem of methodiek werkt voor de cliënt en voor mij. Als ik vanuit mijn enthousiasme zou kiezen voor de provocatieve coaching, zou ik mij daaraan moeten conformeren en zo zit ik niet in elkaar, want ik heb nu eenmaal een non-conformistische inslag en daar voel ik mij wel bij. Daarnaast kies ik er voor om niet aan zelfstandigheid en onafhankelijkheid in te boeten. Op deze twee thema's doe ik geen concessies. Het vak coaching is een prachtig en boeiend beroep. Het interesseert mij mateloos waarom iemand doet wat ie doet en welke motivaties en overtuigingen achter zijn daden liggen.

Wat mijn eigen visie op coaching betreft; het schrijven van deze scriptie heb ik, net als de opleiding, als een leerproces ervaren. Het heeft mij nieuwe inzichten gegeven, bijvoorbeeld dat ik nooit uitgeleerd zal raken. Dat leren doe ik in interactie met anderen en coaching is daar een uitstekende gelegenheid voor. Het kiezen voor een bepaalde methodiek, zoals de traditionele coaching of provocatieve coaching, zal mij uiteindelijk een gevoel geven dat ik mijzelf beperk. Als coach wil ik mijn cliënt helpen zijn eigen kwaliteiten, krachten, vaardigheden, 'eigenaardigheden' en competenties te 'ontdekken', met als doel dat de cliënt, binnen zijn context, de vaardigheden heeft om autonoom, authentiek en congruent te handelen. Om deze doelen met een cliënt te bereiken zal ik waarschijnlijk regelmatig bewust de rol van de advocaat van de duivel of de nar gebruiken, omdat deze stijl bij mij een lichte voorkeur heeft en beter bij mijn persoon past. Anderzijds kan ik niet ontkennen dat de opleiding aan het Europees Instituut mij heel veel heeft opgeleverd, dus zal ik ook deze

kennis gebruiken bij het coachen. Ik besef nu dat ik vrij ben in het maken van de keuze van pleaser naar teaser, al naar gelang de doelen die de cliënt heeft gesteld, want daar gaat het om.

Aanbevelingen:

Ik zou het Europees Instituut willen aanbevelen om Provocatief Coachen te integreren als onderdeel van het opleidingsaanbod. Ik heb daar drie redenen voor:

- 1) Het opleidingsaanbod van het Europees Instituut wordt daardoor breder en meer gedifferentieerd.
- 2) De studenten krijgen de kans om kennis te maken met een andere mensvisie en een andere vorm van coaching. De studenten worden zo ook in de gelegenheid gesteld om te kijken welke vorm van coaching het beste bij hen past of hebben een ruimer aanbod qua methodiek als zij een eigen coachingspraktijk hebben.
- 3) Provocatief coachen sluit aan bij de huidige tendens in de samenleving dat de burger meer eigen verantwoordelijkheid moet nemen. Provocatief coachen appelleert hieraan. Daarnaast speelt de tijdsfactor ook een rol, want gebleken is dat een provocatief coachingstraject korter duurt dan een traditioneel coachingstraject.

Nawoord

Met veel plezier heb ik gewerkt aan deze scriptie. De grote uitdaging lag in het feit, dat provocatieve coaching een methodiek is, die tijdens de hele opleiding aan het Europees Instituut niet aan bod is geweest. De hele opleiding was, achteraf gezien, voornamelijk gericht op de traditionele coaching en zeker met betrekking tot de rol van de coach.

Tijdens de trainingen voelde ik mij soms gefrustreerd over de mijns inziens softe benadering, terwijl ik regelmatig het gevoel had dingen duidelijk te willen benoemen. Die momenten, dat ik kans zag toch enigszins provocerend te reageren, ondervond ik echter regelmatig positieve reacties van medestudenten. Ondanks dat ik ook regelmatig werd gewezen op mijn te provocatieve en benoemende houding, bleef een gevoel van twijfel knagen, of ik het daarmee eens was. Na de eerste kennismaking met provocatieve coaching en mijn gesprek met Jeffrey Wijnberg verdween die twijfel als sneeuw voor de zon. Ondanks het feit, dat ik mij terdege realiseer door het schrijven van deze scriptie voornamelijk theoretische kennis te bezitten, weet ik inmiddels, dat ik mij nu ook de praktische vaardigheden van het provocatief coachen eigen wil maken. Het past bij mijn persoon en ik ben intrinsiek overtuigd van de positieve werking voor cliënten. Daarnaast heb ik dan kennis van meerdere methodieken welke ik kan toepassen bij het coachen. Een vervolgstudie zal dan ook niet lang op zich laten wachten. Daarnaast hoop ik dat het Europees Instituut mijn aanbevelingen zal overnemen, om nieuwe studenten eveneens de mogelijkheid te bieden kennis te laten maken met een nieuwe methodiek. De student heeft dan in ieder geval de mogelijkheid een keuze te maken tussen de traditionele coaching of de provocatieve coaching, of beiden naast elkaar toe te passen.

Tot slot wil ik nog een aantal personen bedanken.

Indirect Ron van Deth omdat hij mij onbewust een prachtig onderwerp voor mijn scriptie heeft gegeven naar aanleiding van zijn schrijven in de nieuwsbrief van het Europees Instituut. Jeffrey Wijnberg voor zijn onmiddellijke bereidheid een en ander in een persoonlijk gesprek over provocatieve coaching te vertellen en zijn hulp bij het vinden van een scriptiebegeleider. Anneke Dekkers, gecertificeerd provocatief coach, voor haar kritische en motiverende hulp bij het schrijven van deze scriptie. Zij heeft de belangrijkste steun geboden als scriptiebegeleidster. Last but not least mijn vrouw Ingrid, voor de dagelijks steun, de scherpe vraagstelling en het mederedigeren.

Ik hoop dat een ieder deze scriptie met plezier heeft gelezen.

Literatuuroverzicht

- Klinische psychologie; theorieën en psychopathologie. Henk.T van der Molen, Sandra Perreijn, Marcel A. van den Hout. Uitgeverij: Wolters Noordhoff.
- Klinische psychologie; Diagnostiek en therapie. Guus Smeets, Susan M. Bogels, Henk T. van der Molen, Arnoud Arntz. Uitgeverij: Wolters Noordhoff.
- Gids voor gesprekstherapie. Mia Leijssen. Uitgeverij: de Tijdstroom.
- Psychotherapie; Het bos en de bomen. Martin van Kalmthout. Uitgeverij: de Tijdstroom.
- Paper; Werken met de innerlijke criticus; Een pleidooi voor een geïntegreerde procesdirectieve aanpak. Nele Stinckens, Germain Lietaer, Mia Leijssen. De kern, centrum voor psychotherapie en relatievorming.
- Paper; De therapeut. Mia Leijssen.
- Woordenboek van de Psychologie. A.S. Reber. Uitgeverij: Bert Bakker.
- De Alchemist. Paul Coelho. Uitgeverij: De Arbeiderspers.
- Provocatieve Therapie. Frank Farrelly en Jeff Brandsma. Uitgeverij: Het IEP
- Provocatief coachen. Jaap Hollander en Jeffrey Wijnberg. Uitgeverij: Kosmos-Z&K.
- Succes is ook niet alles; Verder met provocatief coachen. Jeffrey Wijnberg en Jaap Hollander. Uitgeverij: Scriptum.
- Gekker dan gek. Jeffrey Wijnberg. Uitgeverij: Scriptum psychologie.
- Internet: foolservice.nl