**Opleiding Provocatief Coachen - programma**

Dit is het programma voor de opleiding tot provocatief coach. De opleiding is een 7 maanden programma met 9 fysieke bijeenkomsten. Het programma biedt een practicum gedeelte van twee dagen waar onder toezicht wordt geoefend met cliënten. Op die manier krijgt u de gelegenheid om uw nieuw verworven vaardigheden in praktijk te brengen.

Daarnaast zijn er intervisie bijeenkomsten, wordt elke deelnemer zelf gecoacht op de provocatieve manier en zal de deelnemer minstens 3 cliënten begeleiden gedurende 3 sessies. Die cliënten kunnen uit eigen kring komen. De opleiding wordt afgesloten met een praktisch profielwerkstuk dat als doel heeft: verdieping in een specifiek deel van de provocatieve psychologie.

Verder is het programma sterk praktijkgericht. Technieken worden eerst in aparte onderdelen geoefend en na de helft van het programma is er meer nadruk op de integratie van technieken en interventies.

Het programma bevat o.a. informatie over de nieuwste wetenschappelijke inzichten rondom de coachingspsychologie en is derhalve niet alleen een programma over provocatief coaching maar zet deze methodiek ook in perspectief met de coachingspsychologie als stroming.

**DAG 1: *Kaders van provocatief communiceren*Activiteit**

**Introductie**

*Doelstellingen:*

*- Leren kennen van de trainers*

*- Kennismaken met de provocatieve stijl*

*- Bekend raken met het verloop van de opleiding*

\*Tijdens de introductie stellen de trainers zich aan u voor. Er wordt verteld over het ontstaan van provocatief coachen en u krijgt uitleg over het verloop van de aankomende dagen.

**Voorsteloefening**

*Doelstelling:*

*- De groep leren kennen*

*- Oefenen met het doen van uitspraken*

*- Gespreksvaardigheid ‘sturen’ in de provocatieve psychologie: uitspraken doen*

*Benodigdheden: Hand-out oefening 2.1*

\*Tijdens de voorsteloefening krijgt u de gelegenheid om kennis te maken met uw groepsgenoten middels een speelse, uitdagende manier.

**Bouwstenen van provocatieve communicatie**

*Doelstelling:*

*- Bekend raken met de bouwstenen van de provocatieve stijl.*

*-Gedragsverandering en de cognitieve gedragstherapie: Festinger, Ellis, Young & Klosko. De provocatieve kijk op gedragsverandering*

*- Leren over de onderliggende mechanismen; warmte, humor & uitdaging*

\* Provocatieve psychologie bestaat grotendeels uit de onderliggende mechanismen 'warme therapeutische relatie, humor & uitdaging'. Door middel van een aantal fysieke oefeningen kunt deze combinatie ervaren.

**Actie of acceptatie?**

*Doelstelling:*

*- Mogelijke uitkomsten van provocatieve coaching bespreken*

*-Het ‘behandelplan’ in een ander perspectief gezet: weerstand bieden als behandeling*

*- Bevorderen van creativiteit*

*- Begrijpen wanneer cliënt echt voor een van twee gekozen heeft: weten wanneer het zin heeft om door te behandelen*

 **Zeg "Ja!"**

*Doelstelling:*

*- Ervaren open te staan voor abnormaliteit*

*- Bevorderen van creativiteit*

*- Leren verder te denken dat de cliënt*

*- Begrijpen dat oplossingsgerichtheid van de coach soms een ‘nee’ is voor de cliënt*

*- Leren om u kwetsbaar op te stellen*

*Benodigdheden: Hand-out oefening 2.11 "mijn grootste afwijking"*

\*Terwijl iemand op provocatieve wijze communiceert is zijn/haar houding accepterend tegenover gedrag dat normaal gesproken als negatief bestempeld wordt. In dit blok leert u over het nut van vaker "ja" zeggen tegen de grootste afwijking van anderen, maar ook die van uzelf.

***\*\*\*Lunchpauze\*\*\****

**Demonstratie**

*Doelstelling:*

*- Introductie met het provocatieve model van coachen*

*- Inhoudelijke discussie over de provocatieve stijl van communiceren*

*- Leren door te observeren*

\* De trainer geeft een live-demonstratie geënt op de volgende oefening met een cliënt uit de deelnemersgroep.

Nabespreking

Theorie van de werking van de provocatieve psychologie.

* Autonomie
* Ontvankelijk zijn voor feedback
* Implementation intentions
* Motivatietheorie
* Strenghts based coaching

**Voordelen van je afwijking**

*Doelstelling:*

*- Leren beheersen van de basistechniek van provocatief communiceren*

*- Ambivalentie van problemen leren in kaart brengen-Inzicht in de reden van het bestaan van problematieken*

*Benodigdheden: Handout oefening 2.11 ‘je allergrootste afwijking'*

\*Het beschrijven van het voordeel van het probleem is één van de meest bekende en effectieve methodes van provocatief communiceren.

**DAG 2: Contact en therapeutische relatie
Activiteit**

**Contact maken**

*Doelstelling:*

*- Contact maken met anderen*

*- Stimuleren en ontwikkelen van lef*

*- Leren improviseren*

\* In de ochtend gaat u bezig met het mechanisme 'warmte'. Het onmisbare element van onvoorwaardelijke acceptatie word tijdens dit blok gestimuleerd door een aantal contact oefeningen.

Theorie

Intake en het opbouwen van een werkrelatie. Hoe doet de provocatieve coach dit? Functionalistische visie op diagnose en informatieverzameling: eerder contact dan informatie

**Demonstratie: wat is daar mis mee?**

*Doelstelling:*

*- Introductie op diagnostiek: het afpellen van het werkelijke probleem*

*- Leren scheiden van feiten en interne problemen bij cliënten*

*- Leren door te observeren*

\* De trainer geeft een live-demonstratie geënt op de volgende oefening met een cliënt uit de deelnemersgroep.

***\*\*\*Lunchpauze\*\*\****

**Oefening diagnostiek: Wat is daar mis mee?**

*Doelstelling:*

*- Afstand nemen van: denken in problemen*

*- Provocatief leren diagnosticeren*

*- Leren gebruik te maken van 'innerlijke nieuwsgierige kind'*

Oefening naar aanleiding van demonstratie. Verbinden van de contactoefeningen in de ochtend en de vragende houding in de provocatieve diagnostiek.

**Vrij associëren**

*Doelstelling:*

*- Afstand nemen van vastzittende denkpatronen*

*- Stimuleren van het creatief vermogen*

*- Leren gebruik te maken van 'innerlijke beelden'*

\* De provocatieve coach maakt veelvuldig gebruik van 'innerlijke televisietoestellen'. Bepaalde overtuigingen kunnen het associëren belemmeren. Tijdens dit blok wordt er gekeken naar deze blokkerende overtuigingen en hoe men deze kan omzeilen.

**Associëren op het probleem met een metafoor**

*Doelstelling:*

*- Vergroten van je creatief vermogen*

*- Out of the box denken bevorderen bij oplossen van problemen*

*- Beeldend leren vertellen*

*Benodigdheden: Oefening 2.28 'Associëren'*

\* De trainer geeft een live-demonstratie met een cliënt uit de deelnemersgroep

**Coachcarroussel: eerste zin’s diagnose**

*Doelstelling:*

*- Toepassen van alle geleerde technieken: uitspraken doen, eerste zins diagnose, contact en voordelen van problemen*

**DAG 3: Absurditeit en humor
Activiteit**

**Fysieke oefening & Huiswerkbespreking**

*Doelstelling:*

- *Activering van het lichaam*

*- Bespreken van het huiswerk & beantwoorden van vragen*

**Theoretisch kader: Humor**

*Doelstelling:*

*- Verschillende soorten humor herkennen: hersenhumor, hoofdhumor en hart humor*

*-Werking van positieve emoties en hun bescherming tegen schadelijke effecten negatieve emoties Barbara Fredrickson*

*-Extremiteiten zorgen voor humor*

*- Jezelf toestaan humor te creëren: denkpatronen die ons dwars zitten*

\*Een manier om humor te laten ontstaan is jezelf toe te staan om ‘om te denken’ en te denken in extremen. Of het ontkennen van gewone situaties. (spelen met ego).

**Gewone mensen hebben daar misschien last van**

*Doelstelling:*

*- Leren om de cliënt te bekijken vanuit een extreem positief daglicht*

*Benodigdheden: Handout oefening 2.16 'Gewone mensen hebben daar misschien last van'.*

\*Een manier om een cliënt te benaderen vanuit onvoorwaardelijke positieve acceptatie is om hem/haar te benaderen vanuit een extreem positief daglicht. Op zoek naar de ‘gezonde tand’. Dit komt in de volgende oefening aan de orde

***\*\*\*Lunchpauze\*\*\****

**Improvisatie & authenticiteit**

*Doelstelling:*

- Spelen met wie je bent en van daaruit aansluiten op de ander

- Zintuiglijke waarneming en intuïtie te verfijnen

- Vergroten van het vermogen om ‘ja’ te zeggen tegen het probleem

\*De provocatieve coach zal een stukje van zijn zendingsdrang moeten afschudden. Dat betekent dat je niet altijd als oplossing een gedragsverandering adviseert, maar dat acceptatie en de daarbij behorende consequentie ook een oplossing is.

Met het stukje improvisatie technieken gericht op provocatief coachen leer je die zendingsdrang te verminderen en open te staan voor eigen oplossingen van de cliënt. Hiermee vergroot je je authenticiteit.

**De gekke coach**

*Doelstelling:*

*- Exploreren van de rollen van de provocatieve coach*

*- Kennis maken met de belerende 'wijze' coach*

*- Kennis maken met de luie coach*

*Benodigdheden: De 'Doe Gek' oefening 2.18 & 'De luie coach' oefening 2.08*

\*Om gedragspatronen te doorbreken kan de provocatieve coach besluiten om te spelen met intelligentie. Zo kan hij/zij plotseling veranderen in een onwetende luie coach en op het volgende moment weer een zeer belerende wijsaard zijn. In dit blok leert u de verschillende rollen kennen door er zelf mee aan de slag te gaan. Het blok wordt afgesloten door een live-demonstratie.

**Demonstratie**

*Doelstelling:*

*- Introductie met het provocatieve model van coachen*

*- Inhoudelijke discussie over de provocatieve stijl van communiceren*

*- Leren door te observeren*

\* De trainer geeft een live-demonstratie geënt op de volgende oefening met een cliënt uit de deelnemersgroep.

**Absurde oplossingen & verklaringen**

*Doelstelling:*

*- Beheersen van de techniek 'absurde oplossingen'*

*- Beheersen van de techniek 'absurde verklaringen'*

*Benodigdheden: Handout Oefening 2.17 'Absurde oplossingen en verklaringen'*

\*Het driftig zoeken van een oplossing of verklaring van het probleem kan een manier zijn die de cliënt gebuikt wanneer hij/zij de confrontatie met het probleem niet wil aangaan. Met de aangereikte technieken leert men hoe men de cliënt om komische wijze weer terug brengt naar de kern.

**DAG 4: Stereotypering en cognitieve gedragstheorie
Activiteit**

**Fysieke oefening & Huiswerkbespreking**

*Doelstelling:*

- *Activering van het lichaam*

*- Bespreken van het huiswerk & beantwoorden van vragen*

**Werken met het cognitieve model en provocatief**

*Doelstelling*

* *Verbinding maken met de RET in je training of coaching en provocatief*
* *Diagnostiek met Ret technieken gebruiken bij het ontrafelen van een probleem van je client*
* *Structuur van een gesprek hebben*

\*Door vanuit het cognitieve model te werken krijg je als coach een kapstok aangereikt die psychische problemen ontrafelt in het ABC schema: A gebeurtenis, B gedachten, gevoel en gedrag. De provocatieve coach gebruikt die indeling van de 5 denkwijzen, maar gaat de inhiberende werking van niet-helpende gedachten anders te lijf. Het bevestigen en bejubelen van de niet-helpende gedachte is een variant op ‘voordelen van het probleem’. De provocatieve coach geeft de niet-helpende gedachte veel ruimte, geeft de cliënt overdreven gelijk zodat deze zijn eigen wel helpende gedachten kan gaan verkopen aan jou als coach.

*Benodigdheden:*

*Handouts over* 3.1, 3.5 en 3.11

Hoofdstuk van 8 van het lesboek paragraaf: Rationeel emotieve training

***\*\*\*Lunchpauze \*\*\****

**Demonstratie**

*Doelstelling:*

*- Introductie met het provocatieve coachen en het cognitieve model*

*- Inhoudelijke discussie over de provocatieve stijl van communiceren*

*- Leren door te observeren*

\* De trainer geeft een live-demonstratie geënt op de volgende oefening met een cliënt uit de deelnemersgroep.

**Stereotypering**

*Doelstelling*

* *Leren werken met stereotyperingen, verklaringen geven vanuit stereotype*
* *Stereotype gebruiken in het cognitieve model: stereotype gedachtenpatronen*
* *Je bewust worden van welke stereotyperingen er zijn*

\*Als provocatief coach maak je veel gebruik van stereotyperingen en generaliserende uitspraken. Het doel is dat er bij de cliënt een differentiatieproces op gang komt. Hij moet zelf gaan nadenken: aan welke dingen ligt het nu? Een probleem is ook vaak gelaagd en niet op een ding terug te voeren. Omdat jij dit wel doet als coach gaat de cliënt nadenken. Bovendien komt er meer acceptatie voor dat er geen perfecte verklaring voor een probleem is.

*Benodigdheden: Handout Oefening 2.9 'stereotype'*

**Inleiding**

*Doelstelling*

* *Leren je provocatieve werkstijl te integreren in je andere werk*
* *Veiligheid creëren voor jezelf en de cliënt om provocatief te werken*
* *Kader leren schetsen*

*Benodigdheden: Oefening 2.23*

**Video**

*Doelstelling*

* *Werk van Frank Farrelly leren kennen*
* *Analyse maken van een provocatief gesprek*

**DAG 5: RET en Specifieke Technieken
Activiteiten**

**Huiswerk & Fysieke oefening**

*Doelstelling:*

- *Activering van het lichaam*

*- Bespreken van het huiswerk & beantwoorden van vragen*

**Vervolg werken met de RET**

*Doelstelling*

* *Achterhalen van de niet helpende gedachte bij de cliënt*
* *Ret technieken gebruiken bij het ontrafelen van een probleem van je cliënt*
* *Provocatief reageren bij een niet- helpende gedachte*

\*Leren doorvragen naar de niet helpende gedachte is vaak even leren doorpakken. Als je dit te pakken hebt kun je ook beter provoceren. Provoceren op een omstandigheid is minder krachtig dan op een overtuiging die iemand over zichzelf en het probleem heeft. Als provocatief coach willen we juist op dat pin lekje gaan zitten voor maximaal effect.

Werken met een provocatief behandelplan

***\*\*\*Lunchpauze\*\*\****

**Demonstratie**

*Doelstelling:*

*- Introductie met monothematisch werken in het provocatieve model van coachen*

*- Inhoudelijke discussie over de provocatieve stijl van communiceren*

*- Leren door te observeren*

\* De trainer geeft een live-demonstratie geënt op de volgende oefening met een cliënt uit de deelnemersgroep.

**Specifieke technieken**

*Doelstelling*

* *Leren technieken in te zetten als cliënt specifieke gedragingen laat zien. Deze 'conditionele technieken' zou men kunnen beschrijven als 'wanneer cliënt X doet, doet de coach Y'.*

*Thema: klagende cliënten, cliënten met een dilemma 2.14, 2.13*

**DAG 6 Het provocatieve therapieproces en gastdocent
Activiteiten**

**Fysieke oefening & Huiswerkbespreking**

*Doelstelling:*

- *Activering van het lichaam*

*- Bespreken van het huiswerk & beantwoorden van vragen*

**Het provocatieve therapieproces**

*Doelstelling:*

- *Theoretisch kader van het therapieproces door model starterskit*

*- Theoretisch kader over de basisremmers van vooruitgang; angst, conformisme en luiheid.*

**Monothematisch werken: langere coachingsessies**

*Doelstelling:*

- *Toepassen van eerstezinsdiagnostiek*

*- Leren herkennen van thematiek*

*- Vissen en bakken*

*- Leren om op een bepaald thema te provoceren vanuit verschillende invalshoeken.*

\*Theorie over Autonomie, verminderen morele oordeel en biases in het denken. Je versterkt de autonomie door op een thema te blijven drukken en je leert je eigen oordeel te gebruiken en uit te spelen waardoor je er minder last van krijgt.

***\*\*\*Lunchpauze\*\*\****

**Gastdocent Jeffrey Wijnberg: Demonstratie**

*Doelstelling:*

*- Voorbeeldgesprek zien van een andere docent*

*-Farrelly factoren demonstreren*

\* De co-trainer geeft een live-demonstratie met een cliënt uit de deelnemersgroep

- Opdracht aan deelnemers: kun je de gebruikte technieken herkennen? schrijf ze dan op.

**Nabespreking en organisatorische taken**

*Doelstelling:*

- *Reflectie op het doorlopen proces*

*- Huiswerkopdrachten voor de volgende keer*

*- Voorbereiding en uitleg over de toets*

*- Uitleg over het meebrengen van cliënten*

**DAG 7 & 8 Werken met clienten**

 **Activiteiten**

**Huiswerkbespreking**

*Doelstelling:*

- *Doornemen van het huiswerk*

*-Reflecteren op de vooruitgang*

**Demonstratie**

*Doelstelling:*

*- Kort Voorbeeldgesprek*

*- Demo van provocatief werken op een relatie die iemand met je aangaat*

\* De trainer geeft een live-demonstratie met een cliënt uit de deelnemersgroep. Deze neemt een cliënt in gedachten die een bijzondere relatie aangaat met de coach

**Verdiepende technieken provocatief op de relatietypen**

*Doelstelling Dag 7 - Relatietypen :*

*- Leren definiëren van en reageren op verschillende relatietypes.*

*- Overdrijven van relationele aspecten*

**Vragenronde**

*Doelstelling:*

*- Deelnemers krijgen de kans om vragen te stellen over moeilijkheden waar ze nog tegen aan denken te gaan lopen.*

***\*\*\*Lunchpauze\*\*\****

**Sessies met echte cliënten**

*Doelstelling:*

- Praktijktoets provocatieve vaardigheden

- Directe feedback van trainers op provocatief functioneren

- Leren herkennen van provocatieve technieken door observatie

**Evaluatie**

*Doelstelling:*

- Terugblik op de opleiding

- Nabespreking toetsen

- Vooruitblik op de toekomst

**DAG 9 Evaluatie, afscheid en vooruitkijken

Activiteiten**

**Toets**

*Doelstelling:*

- *Kennen van de literatuur van het huiswerk*

*- Kennen van de basistechnieken*

**Vragenronde**

*Doelstelling:*

*- Deelnemers krijgen de kans om vragen te stellen over moeilijkheden waar ze nog tegen aan denken te gaan lopen.*

*- Gezamenlijk een model maken om het provocatieve leren te bevorderen in de eigen praktijk*

**Specifieke technieken en oefeningen: Evaluatie en afsluiten in het provocatieve traject**

Naar gelang de vraag

***\*\*\*Lunchpauze\*\*\****

**Presentatie van het provocatieve profielwerkstuk**

*Doelstelling:*

- Praktijktoets provocatieve vaardigheden

- Het provocatieve veld verder evolueren

- Leren herkennen van provocatieve technieken door observatie

**Certificaat**

*Doelstelling:*

- Afsluiten en erkenning

- Feedback op kwaliteiten van deze coach

**Evaluatie**

*Doelstelling:*

- Terugblik op de opleiding

- Nabespreking toetsen

- Vooruitblik op de toekomst