



HIRNLEUCHTEN

Provokatives Coaching

Provokatives Coaching ist eine spezielle Methode im Coaching, die darauf abzielt, durch bewusst provokante und humorvolle Interventionen Veränderungen und Einsichten bei den Klient:innen hervorzurufen. Das provokative Coaching hat sich aus der Provokativen Therapie von Frank Farrelly entwickelt und basiert auf dem Gedanken, dass Humor, Übertreibungen und unerwartete Fragen Menschen dazu bringen können, ihre Denkmuster zu durchbrechen und neue Perspektiven zu gewinnen.

Beim provokativen Coaching werden bewusst unkonventionelle Ansätze verwendet, um Klient:innen dabei zu helfen, ihre Probleme auf eine humorvolle und spielerische Weise zu betrachten. Dies kann beinhalten:

Humor und Übertreibung: Es werden Humor und Übertreibungen gezielt eingesetzt, um die Klient:innen zum Lachen zu bringen und sie aus ihren gewohnten Denkmustern herauszulocken. Indem übertriebene Darstellungen verwendet werden, können Klient:innen erkennen, wie sie ihre eigenen Probleme oder Einschränkungen dramatisieren.

Herausforderung von Überzeugungen: Durch absichtlich provokante Aussagen oder Fragen werden Überzeugungen und Annahmen der Klienten hinterfragt. Dies kann dazu führen, dass Klient:innen ihre Denkmuster genauer betrachten und alternative Sichtweisen in Betracht ziehen.

Veränderung von Perspektiven: Durch das Einbringen unerwarteter Perspektiven, können Klient:innen dazu angeregt werden, ihre Probleme aus neuen Blickwinkeln zu betrachten. Dies kann zu überraschenden Erkenntnissen führen.

Positive Verstärkung: Es werden oft positive Verstärkungen, um die Stärken und Ressourcen der Klienten hervorzuheben verwendet. Dies kann dazu beitragen, das Selbstvertrauen und die Motivation der Klienten zu steigern.

Spiel und Kreativität: Provokatives Coaching beinhaltet oft spielerische Elemente und kreative Ansätze. Dies kann die Klient:innen ermutigen, ihre Probleme auf innovative und unkonventionelle Weise anzugehen.

Die Grundidee des Provokativen Coachings ist es, Klient:innen aus ihrer Komfortzone herauszulocken, indem der Coach bewusst kontroverse oder humorvolle Bemerkungen macht. Diese Bemerkungen sollen nicht beleidigend sein, sondern vielmehr überraschend und humorvoll, um den Klienten dazu zu bringen, über sich selbst und ihre Probleme nachzudenken.

Farrelly glaubte, dass Humor und Provokation eine Möglichkeit sind, starre Denkmuster zu unterbrechen und neue Perspektiven zu ermöglichen.

Mehr Informationen gibt es unter: <https://provokativ.com/ursprung/>