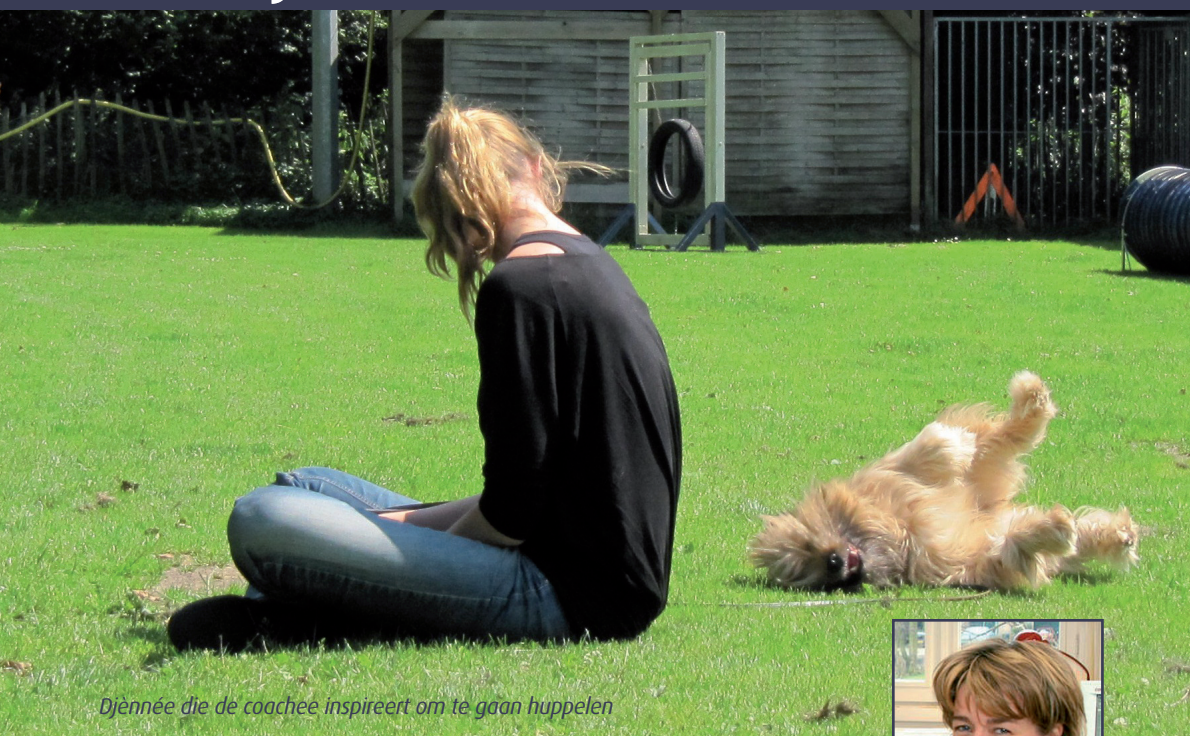




Djennée die de coachee inspireert om te gaan huppelen



Carla Dert

Hondenspiegel: een niet-alledaagse interventie voor coach en coachee

Hond als coach

Carla Dert

We hadden al paarden, nu blijken ook honden ons te kunnen spiegelen. Overeenkomst is het werken op ervaringsniveau. Verschil is dat honden speelser zijn en sneller reageren.

De voorgehouden hondenspiegel is soms confronterend, altijd glashelder en zuiver en ook 'licht verteerbaar'. Levert dat wat op als je een loopbaanvraag hebt? Carla Dert zocht met een cliënt 'Hondenspiegel' op en beschrijft de magische werking van de ontmoeting tussen hond en mens.

Jaren geleden werkte ik eens samen met Bets en Boudewijn Engel van Hondenspiegel in Doorn om de leiderschapstijl (onbewust nogal autoritair) van een marketing directeur te spiegelen. Hij leerde van hond Bayke het verschil tussen 'macht' en 'kracht'. Corien Vallinga en Daan van Gelooven zetten in 2008 Hondenspiegel voort.

Ditmaal vraag ik hun inzet voor een loopbaancoachee die in het kader van reïntegratie en outplacement een 'persoonlijk pepje' kan gebruiken en 'coachen met dieren' wil onderzoeken als een mogelijke loopbaanrichting voor haarzelf. Haar doelen zijn: een positieve 'zwengel' aan haar persoonlijke beroepsmatige ontwikkeling en een eerste verkenning van de loopbaanrichting: 'iets met begeleiding en dieren'. Ze gaf toestemming om "in het belang van haar welzijn privacygevoelige informatie uit te wisselen". Op de trainingsdag ben ik zelf omwille van 'veiligheid' niet aanwezig.

Spiegelen met honden is een interventiemethode op ervaringsniveau. Wat is dit? Wanneer gebruik je het als coach? Waarom met honden? Hoe werkt dat? Wat levert het coach en coachee op? Aan de hand van mijn coachee's ervaringen, een gesprek met haar begeleiders en mijn eigen referentiekader als loopbaancoach en opleider wil ik deze vragen graag beantwoorden.

Interveniëren op ervaringsniveau

In het proces van persoonlijke beroepsmatige ontwikkeling is altijd de trits 'weten, ervaren en integreren' te herkennen. 'Weten' staat voor kennis en bewustzijn (onbewust en bewust onbekwaam). 'Ervaring' staat voor doorleving, vaardigheid en communicatie (bewust bekwam, oefenen). 'Integratie' staat voor verinnerlijken van situationeel passend gedrag (onbewust bekwam). De volgorde kan van coachee tot coachee verschillen.

Wanneer je als coach met een coachee niet verder komt met 'praten over' een bepaald thema of zelfs daar al niet aan toe komt, is een interventie op ervaringsniveau waarschijnlijk een betere insteek. Met een gecreëerde ervarings situatie vergroot de coach het kennisbewustzijn van de coachee en krijgt de coachee ruimte om het effect van ander gedrag te 'ervaren' en door bewuste toepassing te 'integreren'. Een externe interventie is zinvol

wanneer je als coach je coachee een ervaring kunt die je zelf niet kunt creëren.

Een hond als coach

Werken met honden is een laagdrempelige manier om het effect van gedrag direct gespiegeld te krijgen. Bij Hondenspiegel worden achterliggende gedachten en gevoelens bewust, zonder dat het naar of zwaar wordt.

In nog geen tien minuten wordt hier zichtbaar welke 'magic' mogelijk is als mijn coachee met aandacht contact maakt.

Honden reageren in primaire lichaamstaal, waardoor de spiegeling vrij is van oordeel of verwijt. Honden zijn speelse en vrolijke dieren. Bij Hondenspiegel zijn ze speciaal opgeleid, waardoor ze weten dat alles mag (behalve bijten) totdat de deelnemer op een natuurlijke manier leiderschap toont en echt contact maakt. Werken met honden maakt op een lichte manier direct zichtbaar waar het wezenlijk om gaat.

Voor een workshop met honden kiezen de begeleiders honden uit de roedel die qua karakter en gedrag aansluiten bij de vraag van de coachee. Ze baseren hun keuze op de doelstelling van de coachee en op hun ervaring welk hondengedrag voor de coachee de beste spiegel zal zijn. Voor mijn coachee kiezen ze Willow en Djenné. Mijn coachee wil met Willow beginnen.

De coachee bepaalt zelf wat ze met de hond doet, dat is onderdeel van het spiegelen. De begeleiders geven op maat suggesties en aanwijzingen. Mijn coachee heeft vrij snel contact met Willow. De lange lijn hangt losjes in haar handen en ze heeft zijn volle aandacht. Ze besluit met hem te gaan wandelen en Willow volgt vrolijk en vanzelfsprekend. Maar dan verandert er iets. Willow begint om zich heen te kijken en wil terug naar de begeleiders. Zijn lijn staat strak. Het komt bijna zover dat Willow vooruit getrokken wordt door mijn coachee.

Praten over wat gebeurt

In eerste instantie informeren de begeleiders bij de coachee wat zij heeft ervaren. Mijn coachee kan goed navertellen wat er gebeurt en baalt dat het “niet goed is gegaan”.

De begeleiders maken duidelijk dat het niet om goed of fout gaat en helpen mijn coachee herinneren hoe Willow zich gedraagt. Ze vertellen ook over subtiele signalen die zij als deskundigen waarnemen en interpreteren.

Doordat het gesprek over het gedrag van de hond gaat en er tijd voor wordt genomen, kan mijn coachee zelf haar innerlijke film terugkijken. Zo ontstaat bij haar verbinding tussen gevoel, gedachten, handeling en het effect ervan op het gedrag van Willow.

Want wat gebeurde er eigenlijk? Mijn coachee is er eerst met haar volle aandacht bij. Als ze gaan lopen verandert er iets in de interactie tussen hond en coachee. Willow begint om zich heen te kijken en rond te snuffelen. Hij trekt mijn coachee aan de lijn mee vooruit.

Mijn coachee vertelt achteraf dat ze tijdens de wandeling met Willow de aanwezigheid van de anderen bewust werd, zich bekeken voelde en zich afvroeg “of ze het wel goed doet”. Haar volgende gedachte gaat over

beoordeeld worden. Daarna komt ‘veroordeling’ langs en dan raakt ze het contact met zichzelf en met Willow kwijt. Fysiek staat ze nog op het veld, maar geestelijk is ze al ‘op de parkeerplaats’: ze is vertrokken.

In nog geen tien minuten wordt hier zichtbaar welke ‘magic’ mogelijk is als mijn coachee met aandacht contact maakt. Uit mijn eerdere ervaringen met haar weet ik dat zij dit goed kan. Zoals zij de volle aandacht van Willow terugkrijgt, krijgt ze die in het dagelijks leven ook van mensen. Als zij haar aandacht zelf goed richt komen de mensen om haar heen los - tot het moment dat ze negatieve gedachten krijgt en ‘vertrekt’. Dat gebeurt haar vaak bij volwassenen, zelden met kinderen.

Zij en ik kunnen dit vanuit haar levensloop en persoonsanalyse plaatsen. Daar is nog iets te doen. Ze heeft nu de ervaring hoe zeer dit de moeite waard is. Dat is een zetje in de goede richting.

Nog een rondje

Djènnée is een jong, speels hondje dat vrolijk om mijn coachee heen dartelt en in het gras rolt. Dat gaat mijn coachee “mooi niet doen”. De begeleiders informeren wat zij zou dan wel willen. Eigenlijk wil ze huppelen, maar dat durft ze niet. Wat kan haar over de drempel helpen? Dat de anderen zich omdraaien? Wil ze even alleen gelaten worden met Djènnée? Ze vraagt of de anderen vast willen gaan huppelen. Dan komt zij er met Djènnée wel achteraan.

Later zie ik foto's van een groep huppelende deelnemers en begeleiders, dartelende honden en mijn coachee. Ze straalt zoals ik haar nog nooit heb zien stralen. De mensen om haar heen zijn ‘los’. Aan het eind van de dag maken coachees en begeleiders ankers hoe ze de ervaringen vast kunnen houden in het leven buiten Hondenspiegel. Dat is individueel maatwerk en afhankelijk van de doelstelling en de ervaringen van de deelnemer. Bij mijn coachee ontstaat onder andere de verbinding met dansen, dat brengt haar namelijk ook bij dat blij en vrije gevoel. Zij gaat de komende tijd dus meer dansen.

Integratie in het loopbaantraject en evaluatie

De ervaringen verbinden we aan de mens- en werkge-



Hond Ayla en het trainingsveld: er wordt gewerkt in een prachtige omgeving

Over Hondenspiegel

Corien Vallinga en Daan van Gelooven zijn binnen Hondenspiegel opgeleid door de voormalige eigenaren Bets en Boudewijn Engel, respectievelijk coach / therapeut en outplacementconsultant / organisatieadviseur.

Corien Vallinga was voorheen werkzaam als mensgericht wetenschappelijk onderzoekster. Ze is hondengedragdeskundige en eigenaresse van hondenschool Braaf.

Daan van Gelooven is trainer en coach, met een achtergrond als opleidingsdeskundige op het vlak van crisismanagement en spelsimulatie.

Met een roedel van dertien honden verzorgen zij naast de individuele begeleidingen en de sessies voor coach en coachee, ook groepstrainingen voor communicatie, leiderschap, motivatie en samenwerking. Dit kunnen op zich staande maatwerktrainingen zijn die zij zelf ontwikkelen in samenspraak met opdrachtgevers. Ze worden ook ingezet als onderdeel van opleidingprogramma's en veranderprojecten.

*Zie **www.hondenspiegel.nl***

richte loopbaaninstrumenten die we al hebben ingezet. Mijn coachee voelt zich lichter en optimistischer en heeft handvatten om dat vast te houden. Ze kan duiden wat haar persoonlijk bevalt aan deze manier van werken en wat niet. Die puzzelstukjes dragen bij aan haar toekomstperspectief dat we later zullen specificeren.

Met Corien en Daan combineer ik het gesprek over mijn coachee met een interview.

Ze vertellen over zichzelf, over Hondenspiegel en over hun waarnemingen bij Willow en Djennée als mijn coachee met ze aan het werk is. Woorden te over om een artikel van te maken. Sommige van hun uitspraken zijn zo verbluffend doeltreffend, dat ik me afvraag of ze soms gedachten kunnen lezen. Dit zijn professionele



Bayke, de hond die het verschil tussen 'macht' en 'kracht' kan spiegelen

coaches en adviseurs. En de honden doen daar nog een schep kwaliteit bovenop.

Het is leerzaam voor mij als loopbaancoach om hen te horen vertellen over hun samenwerking met mijn coachee. Ze reageren net weer anders op haar dan ik. Een 'super-intervisie'. Ze bieden ook individuele sessies met coach en coachee samen. De coach begeleidt dan ter plekke de doorvertaling van hondenspiegeling naar ontwikkelgerichte betekenis. Corien en Daan ondersteunen dat proces vanuit Hondenspiegel.

Dit is een originele, leuke en nuttige ervaringinterventie voor coach (!) en coachee, als praten niet helpt. De inzet als onderdeel van een loopbaan- of coachtraject verdient zich bovendien dik terug in tijdsparing met de coachee én in professionalisering van de coach. ■

*Carla Dert werkt sinds 1996 zelfstandig in het domein mens-arbeid-organisatie. Haar Nobol-bureau kreeg in 2003 de eerste prijs voor 'kwaliteit en originaliteit' van internationale branche-organisatie AOCFI. Meer info: **www.jobssupportdert.nl**. Voor het Europees Instituut De Baak heeft zij de specialisatie loopbaancoaching De Nieuwe Loopbaanprofessional ontwikkeld. Meer info: **www.europeesinstituut.nl**.*