

# Trainen met paarden

een dynamische leerervaring

Elsa Boddéus

Wie in het onderwijs zit, geeft leiding. Aan kinderen, aan collega's, aan ouders. In het bedrijfsleven gaat het anders, daar is leiding geven voorbehouden aan projectleiders, afdelingsdirecteuren en algemeen directeuren die daarvoor bijna altijd een opleiding hebben gehad. Zowel in het onderwijs als in het bedrijfsleven wordt verwacht dat deze mensen kunnen omgaan met de grote verantwoordelijkheid van het leidinggeven. Vooral in het onderwijs is die verwachting niet altijd terecht.

Soms moeten 'onderwijzers' geholpen worden met het geven van leiding. Elsa Boddéus komt zelf uit het bedrijfsleven en ontwikkelde een training met paarden om inzicht te krijgen in leidinggeven. In dit artikel vertelt ze over haar ervaringen.

Trainingen met paarden beginnen een belangrijk plaats in te nemen in de vorming van leidinggevendenden. Lijken paarden dan op mensen? Is dat 'gedoe' met paarden niet een hype; een strovuurtje dat binnen een paar jaar is uitgebrand? En zou je niet net zo goed kunnen trainen met honden, varkens of dolfijnen? Misschien wel, maar ik heb alleen ervaringen met

paarden en paarden lijken absoluut niet op mensen. Mensen zijn jagers, paarden zijn prooidieren. Mensen reageren op gevaar of met agressie, of met zich te verbergen; paarden zijn vluchtdieren die in een bedreigende situatie als eerste reactie altijd de benen nemen. Je zou inderdaad ook kunnen trainen met andere dieren, want een dier is in zijn reacties altijd veel directer dan een mens. Paarden hebben echter iets extra's: zij hebben een zesde zintuig voor authentiek leiderschap. Maar wat is dat eigenlijk, leidinggeven. Soms horen we mensen zeggen dat die-en-die een geboren leider is. Welk beeld we daarbij voor ogen krijgen is heel persoonlijk. Sommigen zien misschien iemand voor zich die krachtig met de vuist op tafel slaat. Anderen denken aan een koele strateeg, die met een achteloze pennenstreek beslist over

het lot van velen. Zou jij geleid willen worden door zo'n leider? En wie zie jij als leider: iemand die jou achterna zit met de zweep of iemand die

*..Paarden hebben echter iets extra's: zij hebben een zesde zintuig voor authentiek leiderschap..*

voorop loopt en de weg wijst? Of als we de vraag vertalen naar paardengedrag: wie zou het paard dan liever volgen: iemand die het paard wegjaagt van het voedsel, of iemand die het erheen brengt en het laat eten?

Miljoenen jaren geleden was het paard een schuw bosdiertje, ongeveer zo groot als een gemiddelde hond. Toen het klimaat op aarde veranderde en op de koudere continenten de bossen plaats maakten voor steppen, was het paard in staat mee te veranderen en ontwikkelde het





*...Paarden zijn gefocust op het authentieke en hebben een onfeilbaar gevoel voor congruentie...*

zich tot een graseter en kuddedier. Verstoppert voor zijn belagers kon het zich niet meer, dus werd het paard een vluchtdier, en leven in een kudde werd zijn belangrijkste bescherming. Zijn korte pootjes met vijf tenen groeiden geleidelijk uit tot lange benen met extreem steil geplaatste 'voeten', waarbij het paard uiteindelijk, ten behoeve van de snelheid, op de nagel van zijn middelste teen liep: de hoof. De overige tenen verdwenen geleidelijk en ze zijn nu alleen terug te vinden als niet-functionele botjes, de sesambeentjes, in de voet. Ook de instincten van het paard moesten zich aanpassen aan de veranderende omstandigheden en dat hebben ze heel doeltreffend gedaan. Paarden hebben in de loop van de evolutie een zesde zintuig voor authentiek leiderschap ontwikkeld om in de kudde te kunnen overleven. Het volgen van een 'incompetent' leiderpaard kan honger en dorst betekenen, gevaar en zelfs de dood.

Een aantal jaren geleden besloot ik, uit liefde, een opleiding te volgen tot paardrijnstructeur. Hoewel paarden altijd een belangrijke plaats hadden ingenomen in mijn leven had ik daarvoor nooit lesgegeven. Ik begon

met lesgeven aan vrienden en kennissen en deed toen een aantal merkwaardige ontdekkingen. Mijn oudste paard, een uitzonderlijk lief dier waarop ik zelfs jonge kinderen kon laten rijden, werd prompt nerveus en angstig als hij bereden werd door één bepaalde man. Een ander paard, dat bij de ene leerling prima liep, was bij een ander niet vooruit te branden. Aangezien ik aan de buitenkant niet kon zien waardoor dit werd veroorzaakt moest het iets zijn dat mijn leerlingen voor mij - en misschien ook voor zichzelf - verbergen hielden. Iets dat mijn paarden opmerkten en waarop ze reageerden. Verder merkte ik dat het bijna onmogelijk was om de paarden uit de wei te halen als ik eigenlijk geen zin had om les te gaan geven. Ze wilden dan niet bij me komen en ontweken behendig mijn hand als ik ze bij het halster wilde pakken. Kennelijk wilden zij, op momenten dat zij mij inschatten als incompetent voor mijn taak (het lesgeven), niet met mij samenwerken.

Ik begon boeken te lezen van bekende paardenfluisteraars zoals Monty Roberts en

Klaus Ferdinand Hempfling. Langzamerhand werd het mij duidelijk dat paarden in staat zijn om de onzichtbare processen in onze geest aan te voelen. Wie angstig en onzeker is als hij met een paard omgaat, brengt zijn angst over op het dier, zelfs als hij deze voor mensen weet te verbergen. Wie vermoeid en futloos is kan niet verwachten dat het paard energiek met hem aan het werk gaat. Wie 'speelt' dat hij gezag heeft over een paard, loopt de kans om door het paard straal te worden genegeerd. En wie vergeet contact te maken met het paard voordat hij met het dier begint te werken, krijgt slechts met grote moeite iets gedaan.

Paarden zijn gefocust op het authentieke en hebben een onfeilbaar gevoel voor congruentie. Je gevoelens verbergen voor een paard is dus niet mogelijk. Gevoelens, of zij nu positief of negatief zijn, zijn op zich voor het paard geen probleem, maar het zal gemakkelijker contact toelaten als je deze gevoelens 'toegeeft'. Incongruentie is voor een paard beangstigend; congruentie is geruststellend. Congruent ben je als je waarneembare gedrag klopt met je innerlijke processen. 'Gespeeld' contact maken, 'gespeelde' empathie, 'gespeeld' leiderschap: hieraan heeft een paard geen boodschap, het reageert op het innerlijk proces, want dat is de enige waarheid. Als iemand doet alsof hij rustig is terwijl hij eigenlijk nerveus is, dan zal het paard de innerlijke nervositeit spiegelen en niet de uiterlijke rust. Het is vooral deze eigenschap van het paard dat het zo geschikt maakt voor leiderschapstraining. Authentiek leiderschap is immers gebaseerd op zelfkennis en dus op zelfreflectie.

Welke inzichten kunnen worden verkregen bij een training

met paarden hangt voornamelijk af van het uitgangspunt van de deelnemer. De meeste deelnemers hebben een goed inzicht in hun eigen krachten en aandachtspunten. Het helpt als zij die aan het begin van de training willen benoemen, maar noodzakelijk is het niet. Het voornaamste is dat zij zich willen openstellen voor de ongefilterde feed back die het paard altijd zal geven. Omdat het niet anders kan. Ik zeg altijd dat ik eigenlijk niet de coach ben: het paard is de coach. Een volmaakte coach, want het paard (ver)oordeelt niet, heeft geen interesse in onze maatschappelijke positie of in onze prestaties, heeft geen bijgedachten en is altijd respectvol.

Wij beginnen een training altijd met het laten formuleren van ieders persoonlijke leervraag. In de loop van de training kan deze leervraag aan de hand van de ervaringen worden bijgesteld, en na afloop van de training worden bekeken of de vraag ook is beantwoord. De theorie die wordt behandeld na het vaststellen van de leervragen is afhankelijk van het leidinggevend niveau en de leerbehoefte van de groep. Hierna gaan we de paarden uit de wei halen voor de praktijkoefeningen.

Bij iedere oefening spiegelen de paarden zowel onze bewuste als onze onbewuste kwaliteiten en valkuilen. Wat wij kunnen zien in de spiegel die het paard ons voorhoudt, is nogal wat. Een greep uit de mogelijkheden van wat wij over onszelf kunnen leren van de paarden:

- Maak ik effectief contact?
- Hoe benader ik een nieuwe situatie?
- Welke reactie roep ik in eerste instantie op?
- Bewaak ik mijn persoonlijke ruimte?
- Hoe duidelijk ben ik?
- Weet ik waar ik sta (letterlijk en figuurlijk)?
- Hoe consequent ben ik?
- Weet ik welk doel ik wil bereiken?
- Blijf ik emotioneel in balans in een leidende situatie?
- Breng ik de boodschap over die ik denk over te brengen?
- Kan ik mijn energieniveau sturen?

Omdat er zoveel mogelijkheden zijn, verloopt iedere training weer anders. Soms lijkt het er bijvoorbeeld op dat het contact maken geheel achterwege blijft of dat deze fase relatief lang duurt. Het poetsen en hoeven uitkrabben, dat een integraal deel is van de training, is soms alleen maar prettig en ontspannend, en levert een andere keer verrassende inzichten op. Gaan wij vervolgens met de paarden leiden en volgen, dan zien we telkens weer nieuwe manieren waarop dit wordt gedaan. Let wel: het gaat er niet om wat 'goed' of 'fout' is, maar om onze aanpak, de reactie van het paard, en wat wij hier vervolgens mee doen. Zowel op authentieke vriendelijkheid als op idem autoriteit kan het paard zich openstellen voor samenwerking.

Bij het los werken, dat 's middags na de lunch aan de beurt komt, zien wij eveneens steeds weer andere

patronen. Bijvoorbeeld: duidelijkheid draait soms voornamelijk om de plaats die iemand inneemt ten opzichte van het paard. Het paard kan niet voorwaarts gaan als wij, zonder ons hier bewust van te zijn, half voor zijn neus gaan staan. Maar het kan ook zijn dat we 'vergeten' dat wij onze opdracht op begrijpelijke wijze aan het paard moeten doorgeven. Anders gebeurt er niets.

Heel boeiend wordt het als wij een speels paard, dat streng en consequent aan het werk gehouden moet worden, vervangen door een overijverig paard dat voldoende heeft aan heel kleine tekens om te weten wat men van haar verlangt. Of een gedwee paard door een paard dat zelf een hoge rang heeft in de kudde en het dus heel natuurlijk vindt om de zaken naar haar eigen hand (hoef?) te zetten. Parallellen met de werkvloer zijn dan soms overduidelijk!

### **Reacties van deelnemers aan de training:**

*'Ik heb vooral gemerkt dat ik heel duidelijk en ondubbelzinnig moet zijn in mijn communicatie. Wat ik zelf als duidelijk ervaar, hoeven anderen nog niet zo heel begrijpelijk te vinden.'*

*'In deze training heb ik gemerkt dat het voor mij goed is om een stappenplan te hebben voordat ik ergens aan begin, en me daar dan ook aan te houden. Anders ontaardt het snel in: ik doe maar wat om de vaart erin te houden.'*

*'Ik heb ontdekt dat ik heel krachtig en doelmatig kan zijn, als ik maar op mezelf vertrouw. Een plezierige ontdekking waardoor mijn gevoel en mijn houding ten opzichte van mijn werk ten goede zijn veranderd.'*

*'Het is mij tijdens de training duidelijk geworden dat ik, omwille van de harmonie, mezelf soms wel wat gemakkelijk aanpas aan wat een ander voorstelt. Ook als ik het er eigenlijk niet mee eens ben. Ik denk dat ik mijn eigen grenzen moet gaan bewaken.'*

Behalve enthousiaste reacties over het effect van de training krijgen wij evenveel positieve feed back over het werken met de paarden in algemene zin. Deelnemers die ervaring hebben met paarden zijn aangenaam verrast als zij merken dat het echt werkt als je via lichaamstaal met een paard communiceert. Degenen die nog niet eerder hadden kennisgemaakt met paarden, en zich van tevoren afvroegen of zij dit wel aandurfden, constateerden verheugd hoe snel het eerste contact met deze imponerende maar zachtaardige dieren tot stand komt, en hoe prettig dit aanvoelt.

Deelnemers zijn bijzonder tevreden over de duidelijke antwoorden die zij van de paarden hebben gekregen op hun leervragen: een echte dynamisch leerervaring.

**Elsa Boddéus verzorgt in samenwerking met Thérèse de Leeuw-Schellekens de training met paarden "Inzicht in leidinggeven". Heeft u interesse, dan kunt u deze training vinden op [www.meulegoorn.nl](http://www.meulegoorn.nl), bij 'Trainen met paarden.'**