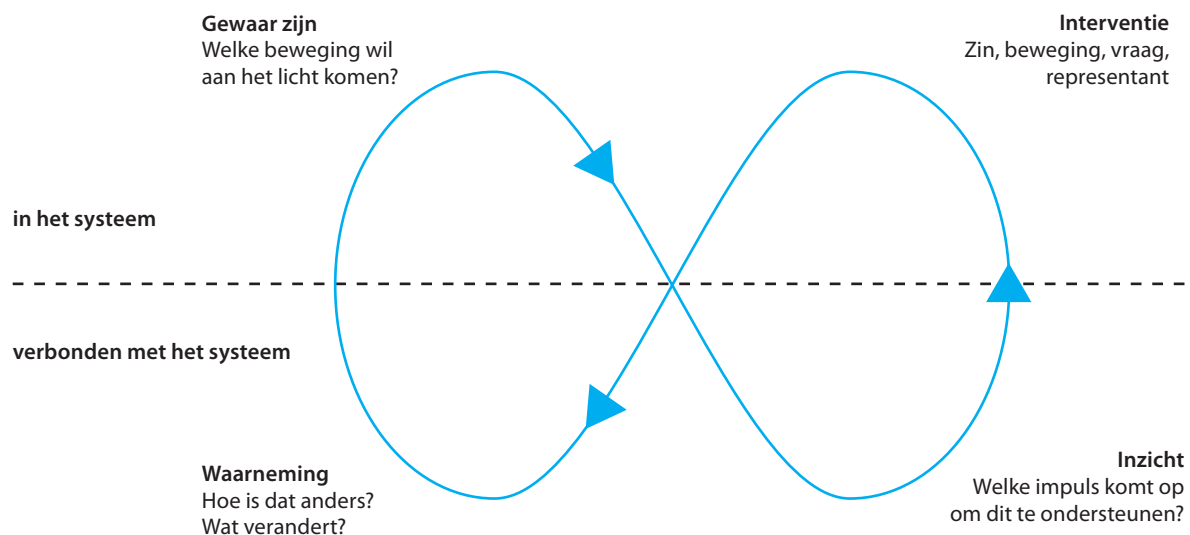


Systemisch Coachen met paarden

Het paard fungeert als indicator voor het welzijn van het hele systeem



ACHTERGROND

De Grieken wisten al van oudsher dat paardrijden en de omgang met paarden belangrijk kan zijn voor de opvoeding en persoonlijkheidsontwikkeling van mensen. Vele eeuwen later verkondigde de Duitse dichter en wetenschapper Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832) het volgende: *Mensch und Pferd verschmelzen hier so in Eins, dass man nicht sagen könnte wer wen erzieht*. Systemische Coaching met paarden is een innovatieve vorm van Paardencoaching die gebaseerd is op onder andere systemisch werk en opstellingen, PRI (Past Reality Integration), systeemdenken, lerende organisaties en Natural Horsemanship. De focus van Systemische Coaching met paarden is altijd gericht op het welzijn van het hele systeem waar de coachee deel van uitmaakt.

THEORETISCHE BESCHRIJVING

Systemische Coaching met paarden is een methode die de coachee een extra perspectief biedt om naar een vraagstuk te kijken, wat tot nieuwe inzichten en oplossingswegen kan leiden. Dit extra perspectief ontstaat doordat een paard het sterkst lijkt te reageren op dat deel van de coachee of diens systeem dat het meest afgeweerd wordt. Deze sensitiviteit is te begrijpen vanuit het hoogontwikkeld sociaal gedrag van paarden: cohesie, drang naar binding en de effectiviteit van zijn sociale organisatie zijn van levensbelang voor het overleven van het geheel (Stephen Budiansky). Deze bindingsdrang zorgt ervoor dat het paard met de coachee een minikudde wil vormen. Ook hier zoekt het paard naar duidelijkheid of consistentie. Systeemdruk bij de coachee leidt tot onduidelijkheid of inconsistentie. Dit uit zich 'in de bak' in onrust, instabiele of geen binding en onduidelijke ordening. Systeemdruk (integratief: ontkende gevoelens en thema's of zelfbeelden; en separatief: van een ander toegeëigende gevoelens) ontstaat als er afweermechanismen bij een individu of systeemdynamieken bij een team of organisme, actief zijn. Afweermechanismen of systeemdynamieken hebben als doel het organisme opnieuw in evenwicht te brengen als dat verstoord is geraakt. Er ontstaat systeemdruk die spanning veroorzaakt, die het paard onmiddellijk lijkt te signaleren. Het paard fungeert dus als indicator voor systeemdruk.

Als de coachee zonder oordeel erkent of toestaat wat bij hem en/of zijn positie hoort, zet hij daarmee de beslissende stap naar meer authenticiteit, duidelijkheid en rust. Er ontstaat acuut en voor iedereen zichtbaar harmonie en ordening in de interactie tussen paard en coachee. Systemisch gezien neemt iets of iemand de plek in waartoe hij behoort in de organisatie of het familiesysteem. In de ogen van het paard is de sociale organisatie dan op orde of veilig.

Het leerzame aspect voor de coachee en/of opdrachtgever is dat het paard (1) direct en zichtbaar feedback geeft over de toestand van het gehele systeem en wanneer dat verandert; (2) indicaties geeft voor concrete interventies doordat duidelijk wordt wat uitgesloten, niet erkend of niet op orde is.

DE METHODE IN DE PRAKTIJK

Contexten die geschikt zijn voor Paardencoaching zijn: persoonlijke coaching, team-coaching, leiderschapontwikkeling en organisatieontwikkeling.

Vraagstukken die geschikt zijn voor Paardencoaching zijn meestal patroonvraagstukken, dat zijn thema's of issues die de neiging hebben steeds weer de kop op te steken. Vaak worden deze veroorzaakt door systemische verstoringen die niet altijd bewust en waarneembaar zijn voor de coachee of leden van een team c.q. organisatie. De casus illustreert dat.

VOORBEELD

Een leidinggevende wil samen met haar team nagaan hoe het komt dat het team overbelast is, terwijl daarvoor feitelijk wat betreft werkdruk geen reden is. Het team kijkt vanachter het touw in de bak naar hun vrouwelijke leidinggevende. Zij wil contact maken met het paard. Wat ze echter ook doet, het paard geeft geen respons. Naarmate de vrouw actiever wordt in het contact, trekt het paard zich verder terug. Langzaam sluit het paard uiteindelijk de ogen en wordt compleet onbereikbaar voor de deelnemster. De systeemdruk lijkt toe te nemen. Het wordt stil in de manege en de overige teamleden zijn zichtbaar geëmotioneerd. Terwijl ik dit als begeleider waarneem, voel ik plotseling angst, angst dat het paard doodgaat, terwijl ik weet dat dat niet kan. In een flits besef ik dat deze informatie uit het organisatiesysteem in de bak komt. Ik vraag haar: 'Wie of wat is onvermijdelijk verloren gegaan of onbereikbaar?' Er gaat een schok door het team heen. De vrouw schrikt en geeft aan dat er collega's uit haar team overleden zijn bij een ongeval. Het team en de leidinggevende staan oog in oog met wat voor hen zo pijnlijk is maar wat tevens om erkenning vraagt. Instemmen met de werkelijkheid precies zoals die is, verlaagt de systeemdruk en biedt een basis voor verdere 'onbelaste' groei.

BENODIGDE INSTRUMENTEN EN TECHNIEKEN

De basistechniek van het Systemisch Coachen met paarden is de houding van de coach. De coach is het belangrijkste én het meest onbelangrijk. Hij begeleidt én laat zich leiden door wat er gebeurt in de bak. De coach is gewaar van een innerlijke beweging die gemaakt wil worden in het systeem van de coachee, daar volgt een interventie uit die een waarneembaar effect heeft op het systeem in de bak. Deze continue beweging van de coach heet 'interventiecirkel'. De coach gebruikt de reacties van het paard als indicator voor de toestand in het systeem, maar checkt zijn waarnemingen bij de coachee.

COACH

Ruud Knaapen is oprichter van Bureau Wind en begeleidt als consultant zowel individuen als teams bij veranderingstrajecten in het bedrijfsleven en het onderwijs. Hij is een van de grondleggers van Paardencoaching in Nederland en grondlegger van Systemische Coaching met paarden. Daarnaast leidt Bureau Wind, coaches, facilitators en therapeuten

op in het Systemisch Coachen met paarden. Samen met onderwijskundige Muriël Daal draagt hij bij aan de ontwikkeling van dit jonge vakgebied door te publiceren, het bijhouden van een weblog en ondersteuning van onderzoek. Website Bureau Wind: www.wind.nu.

VERDER LEZEN

- Bosch, I. (2003). *Illusies. Over bevrijding uit de doolhof van onze emoties*. Amsterdam: Amstel Uitgevers.
- Budiansky, S. (2003). *De aard van het paard. Een onderzoek naar evolutie, intelligentie en gedrag*. Utrecht: Het Spectrum.
- Hellinger, B. (2004). *De kunst van het helpen*. Groningen: Uitgeverij het Noorderlicht.
- Knaapen, R. (2008). Wat paarden je kunnen vertellen over wie je echt bent. *Veerkracht*, 6(1), 14-18.
- Knaapen, R. (2009). Het paard in dienst van het geheel. *Paardendiepgang* (pp. 21-31). Klarenbeek: Het Glazen huis.
- Senge, P. (2009). *Presence: Een ontdekkingsreis naar diepgaande verandering in mensen en organisaties*. Den Haag: SDU Uitgevers.