

Door: Manon Kluten

# Paarden inzetten in gedragsverandering en communicatie



Ferdinand Aukes  
Foto: Tjitske de Vries



Al (er)kennen en gebruiken we de kracht van non-verbale communicatie binnen NLP, voor trainer Ferdinand Aukes mogen we daar nog veel meer aandacht aan geven. In combinatie met paardencoaching bijvoorbeeld. Het grote voordeel? Het maakt lichaamstaal en het onbewuste heel snel helder.

Paardencoaching zit al een tijdje in de lift. Ook bij NLP-professionals, weet trainer en coach Ferdinand Aukes. In zijn trainingscentrum InnerQi in het Friese Grou zet hij paarden in voor onder andere bedrijfs- en teamcoaching. En geeft hij de opleiding NLP-paardencoaching. Het inzetten van paarden in combinatie met NLP-technieken, kan sessies erg krachtig maken, is zijn ervaring. Ferdinand Aukes: "Het is natuurlijk prachtig als een coach de goede vragen kan stellen en met de juist interventies kan werken. Maar met een paard heb je een extra middel ter beschikking. Dat zit vooral in de non-verbale communicatie die een prachtige spiegel is voor mensen. Coachees horen niet alleen wat er anders kan of krijgen nieuwe inzichten, maar bij een paard ervaren ze dat ook daadwerkelijk door het direct te zien. Dat maakt van paardencoaching een heel sterke tool. Zeker omdat mensen snel de neiging hebben om bij problemen naar een ander te wijzen. En zo'n paard laat tijdens coaching direct zien wat er echt aan de hand is."

## Heb je daar een voorbeeld van?

"Ik coachte ooit een directeur die wilde werken aan meer verbindend leiderschap. Hij wilde meer empathisch vermogen ontwikkelen. Dan kun je natuurlijk heel mooie interventies gaan toepassen, maar hij kreeg van het paard via non-verbale communicatie direct terug dat hij toch eerder het baasje dan de empathische leider was. Waardoor hij ook niet de ware feedback van zijn medewerkers en collega's kreeg."

## Hoe reageerde het paard dan?

"In dit specifieke geval hadden we een paard bij hem gezet dat erg onzeker was. Het fascinerende was dat toen hij voor het eerst in de cirkel van de coachsetting stapte waar het paard stond, het paard direct voor hem wegrende. Terwijl hij op dat moment nog niks had gedaan of gezegd. Zijn eerste reactie was toen dat hij zelf nooit een persoon met vermijdend gedrag zou aannemen. Hij betrok het dus niet op zichzelf. En dat is wat veel mensen doen: direct iets terugleggen bij de ander. Terwijl de uitdaging bij hem was om

rapport te maken. Maar dat ontstond er niet, want het dier bleef maar rennen. Hij had daar wel moeite mee.”

### Waarom merkte je dat?

“Hij had zelf ook paarden en vond dat je met dit paard helemaal niks kon. Vervolgens liet ik zijn teamgenoten feedback geven. Van hen kreeg hij te horen dat hij zijn ego los moest laten. Dat is iets dat we in een coachsessie niet direct bewust kunnen vertalen naar fysiologie. Hij wist ook niet hoe hij dat moest doen. Toen hij op een gegeven moment in een stuk radeloosheid kwam omdat het paard maar bleef rennen, veranderde ook zijn fysiologie. Zijn schouders gingen ietwat hangen, er kwam een andere mimiek, hij leek teleurgesteld, zijn spierspanning viel weg en daarmee liet hij ook zijn ego varen. En het was op dat moment dat het paard stopte met rennen en naar hem toeliep...”

### Wat is de les die we hieruit kunnen leren?

“Met taal kunnen we heel veel. Maar het transformeren naar het non-verbale, naar het fysieke, dat gaat echt twee, drie stappen verder. We kunnen het wel zeggen en we kunnen er oefeningen rond bedenken, maar het daadwerkelijke voelen op die manier, het ervaren van wat er op dat moment gebeurt en de terugkoppeling die we krijgen van zo'n paard, is iets heel anders. Mensen staan dan echt perplex.”

### Binnen NLP kunnen we via onder meer oogpatronen en kalibratie de ander lezen, maar dat vraagt veel oefening. Gaat non-verbaal interpreteren in coaching met paarden stukken sneller?

“Primair zijn wij het interpreteren van lichaamstaal een beetje vergeten. We kunnen de grove lijnen en signalen nog wel zien,

maar dat verfijnen missen we in veel situaties. Natuurlijk kun je dat met NLP aanleren, maar zo'n dier voelt een stemming acuut aan. Dat gebeurt via onze hartslag en door onze mimiek. Wat ook meespeelt is het feit dat paarden vluchtdieren zijn. Ze willen als kudde graag aansluiten bij een mens of ander paard. Maar alleen als ze zich veilig voelen bij die ander en het paard zeker weet dat het geen prooi wordt. Want een paard dat alleen staat, heeft te allen tijde stress.”

heel mooi duidelijk dat het niet werkt als je dominantie, agressie of felheid inzet. Is het paard onzeker, dan gaat het op de vlucht. Is het paard dominant, dan gaat het de strijd met je aan. Paarden kunnen dan gaan happen, letterlijk tegen iemand aanlopen en iemand zelfs uit de cirkel duwen.”

### Betekent de combinatie NLP met paarden-coaching snellere resultaten omdat de non-verbale communicatie zo direct en duidelijk is?

“Ik denk niet direct sneller, maar bij de mensen die een coachsessie volgen, zie je dat je gemakkelijker voorbij de scepsis gaat die sommige mensen hebben bij NLP en paarden-coaching. Dat de effectiviteit bijvoorbeeld niet wetenschappelijk is bewezen of dat het zweverig is. En dat kunnen we met taal heel mooi ondermijnen. Wat een paard je teruggeeft, wat je letterlijk voor je ogen ziet en voelt gebeuren, daar kun je niet omheen. Paarden-coaching geeft je vooral inzicht in jouw effectieve en ineffectieve gedrag, zodat je het positief kunt veranderen. En het geeft antwoorden op vragen waarmee je in diverse situaties worstelt.”

### Welke bijzondere dingen heb je al zien gebeuren?

“Ooit kwam een trainer bij me die zelf niet echt in paarden-coaching geloofde, maar hij was toch nieuwsgierig en geïnteresseerd en nam een jonge vrouw mee als coachee. Zij wilde een sessie ervaren maar wilde niet echt praten over waar ze tegenaan liep. De merrie in deze sessie maakte normaal gezien moeilijk contact en je kon eigenlijk niet echt bij haar in de buurt komen. Maar toen de vrouw in de cirkel ging staan, liep de merrie recht op haar af. En ging toen aan haar borst likken. Een ietwat ongemakkelijke situatie, want hoe moest ik dat interpreteren? Totdat de vrouw begon te huilen en vertelde dat ze die week aan die bewuste borst geopereerd zou worden. Zowel de vrouw als de man waren sprakeloos. Uiteindelijk is alles goed gekomen met de vrouw, maar hieruit blijkt wel dat paarden in hun communicatie misschien wel een extra dimensie hebben.”

## “Primair zijn wij het interpreteren van lichaamstaal een beetje vergeten”

### Kies je coachpaarden uit op basis van de coachvraag of de cliënt?

“Soms gebeurt dat wel, maar die mogelijkheid heb ik niet altijd. Dat is ook geen probleem, want werkelijk elke interactie kun je vertalen. Of ik nou met een groep managers werk of met één persoon. Ook al heb ik maar één paard, de coachees krijgen allemaal een andere reactie. Dat verbaast veel mensen. ‘Maar het is toch hetzelfde paard’, zeggen ze dan. Maar er staat natuurlijk wel telkens een andere persoon tegenover en het paard reageert op jouw interactie. En ik maak dan continu de vertaalslag naar hoe je die informatie weer kunt gebruiken in je werk of dagelijkse leven.”

### Hoe kunnen coachees die informatie dan concreet inzetten?

“Neem nou leiderschap. In een kudde paarden is veiligheid de belangrijkste factor, want zonder kunnen ze niet overleven. De leider binnen de groep moet het leiderschap hebben verdiend, en niet hebben afgedwongen via bijvoorbeeld dominantie, want dat zorgt voor onrust. Zo kun je ook kijken naar hoe je binnen je team of organisatie voor dat vertrouwen en dat veilige gevoel kunt zorgen. Dat is een heel actueel thema, denk maar aan wat er op de redactie van NOS Sport is gebeurd. Door de reactie van paarden, wordt



“Het mooie van dieren is, dat ze direct laten zien wat hun positie is”

## Je geeft ook de NLP Paardencoachingopleiding. Welke mensen volgen deze vooral?

“Dat is heel divers. Het zijn verpleegkundigen, psychologen, planners, ik had een criminoloog die nu met gedetineerden met paarden werkt, een schooldirecteur... Meestal hebben ze ook geen ervaring met NLP. Soms zijn ze nieuwsgierig naar NLP, soms ook niet. Ze hoeven ook geen paard te hebben, ik heb zelf ook geen paarden meer en werk gewoon met maneges samen. Daar huur ik locaties af inclusief de paarden. Want in principe kan ik met negen van de tien paarden werken. Al hebben ongeveer zeven op de tien cursisten een eigen paard waarmee ze ook daadwerkelijk gaan coachen.”

## Wat is de meerwaarde van NLP binnen paardencoaching?

“Dat je als coach over goede vraagtechnieken beschikt, want die zijn essentieel. En dat je vanuit de NLP-gedachte niet gaat invullen voor de ander, want dat gebeurt naar mijn idee nog veel te veel in de paardencoachwereld. Bijvoorbeeld dat als een coach ziet dat een paard zijn uitwerpselen laat vallen, tegen de coachee zegt dat deze zeker iets los te laten heeft. Dat doe ik dus niet. Als het paard bepaalde gedragingen laat zien, vraag ik hoe een cliënt dit herkent voor zichzelf. Ik leg het dus weer bij de cliënt neer. Die mag gaan onderzoeken of hij of zij iets aan dat gedrag herkent. Ik had ooit een manager waarbij het paard continu zijn kont richting manager draaide. Terwijl ik hem nog niks had gezegd of gevraagd zei hij ‘Dat is precies mijn medewerker, die negeert mij ook heel de tijd. Als ik naar hem toe loop, draait hij letterlijk zijn rug naar me toe.’ Dat zat hem heel hoog en dat paard liet het hem ook zien. En dan kan ik erop ingaan.”

## Waar zie jij vooral nog mooie toekomstige ontwikkelingen als het op NLP aankomt?

“Wat ik essentieel vind is dat we veel meer uit onze non-verbale communicatie kunnen halen dan we tot nu toe doen. Ook binnen NLP zou daar meer aandacht voor mogen komen. We zitten nog heel erg in het mentale en het taalkundige stuk. Maar dat taalkundige heeft ook weer direct effect op onze fysiologie. Het *mind over body* en het *body over mind*-principe. We kunnen daar nog zoveel meer uithalen, daar mag meer aandacht naartoe. Ik ben daar zelf al veel mee bezig, net zoals Jos Dolstra dat ook doet met het effect van onder andere dansen. Rond lichaamstaal zie ik nog veel potentie waar we meer uit kunnen halen, een groter bewustzijn over mogen creëren en waar we meer oefeningen rond zouden kunnen ontwikkelen. Hoe sta ik? Hoe doe ik? Wat is mijn mimiek in deze situatie? Wat wil ik uitstralen...? Want daarmee creëer je ook een bepaalde mindset. Het is dan aan jou om de mindset te kunnen kiezen die bij je past.” ■

[www.innerqi.nl](http://www.innerqi.nl)

