



De HondenCoach als mensencoach en de hond als coach

De HondenCoach is niet alleen hondencoach. Ze volgde een opleiding aan de School voor Coaching. Daar stonden het begeleiden van zingevende en resultaatgerichte veranderingsprocessen centraal. Daarnaast volgde ze de cursus Personal Coaching, the intensive. In dit artikel leest u hoe uw hond u kan helpen inzicht te krijgen in uzelf en de problemen die u heeft in de omgang met uw hond. Een coachmethode waar u ook op andere vlakken, zoals werk profijt van heeft. De HondenCoach aan het woord.

Een model dat de School voor Coaching hanteert is het *ijsbergmodel* van McClelland. Het gedeelte boven de waterlijn is zichtbaar, bijvoorbeeld gedrag. Onder de waterlijn bevinden zich de diepere motieven die aan het zichtbare gedeelte van de ijsberg ten grondslag liggen en dit sterk beïnvloeden. Communicatie vindt plaats tussen twee of meer ijsbergen. In mijn werk is de ene ijsberg de coachee (het baasje, de klant) en de andere de hond.

Veel klanten komen bij mij omdat er problemen zijn met de hond. Als hondencoach verbind ik de coachvraag aan de interactie tussen coachee en hond in de hier-en-nu situatie. Het interessante van mijn werk als hondencoach is om de interactie tussen hond en mens goed te begrijpen en ook betekenis te geven. Van daaruit kan ik de klant nog beter begeleiden om een verbeterde relatie met de hond op te bouwen. Hierbij is de hond eigenlijk de coach.

De hond als coach!

Honden reageren sterk op leiderschapstijlen. Welke leiderschapstijl je hebt aangeleerd, heeft een achtergrond die vaak voortkomt uit de jeugd. De hond reageert heel zuiver op de stijl van de coachee. Het effect van de interactie is direct zichtbaar. Door de eigen hond, die onmiddellijke feedback geeft, als coach te zien, ervaart de coachee haar/zijn persoonlijke leiderschapstijl. Hoe wordt er samengewerkt? Hoe worden grenzen aangegeven? Dat zijn zaken waar ik op let tijdens de begeleiding. Ook analyseer ik wat ik zie bij de klant op fysiek, energetisch, emotioneel, cognitief en spiritueel vlak en wat ik zie bij de hond op fysiek, energetisch en emotioneel vlak. Waarom is inzicht in de omgang met je hond zo belangrijk? In deze omgang komt onbewust veel van je eigen opvoeding en van je eigen levensthema's aan bod. Er wordt nogal eens wat op de hond geprojecteerd. Ook hangt de keuze van het ras vaak samen met het zelfbeeld van de eigenaar. Problemen tussen coachee en hond worden zichtbaar in de interactie, in het hier-en-nu. Je eigen hond als coach geeft op die manier veel inzicht en kan een ingang zijn om aan jezelf te werken en een verandering in te zetten.

Terug naar de ijsberg

Boven de waterlijn is er kennis van honden en vaardigheid in de omgang met honden. Dat is vaak makkelijk aan te leren. Als hondencoach reik ik mensen hele eenvoudige tools aan. Waardoor een probleem toch aan de orde blijft, heeft te maken met wat er onder de waterlijn plaatsvindt tussen de twee ijsbergen. Daar zie je belemmerende en instandhoudende factoren optreden die voortkomen uit zelfbeeld, normen en waarden, overtuigingen en diepere motieven. Hoewel iedere hond zijn eigenheid heeft, zijn deze factoren bij een hond vaak simpel. Het heeft te maken met het ras, op welke instincten er gefokt is en bovenal met de plaats die de hond heeft in de rangorde. Motieven bij honden hebben vaak te maken met voeding en veiligheid. Als er voldoende voeding en veiligheid is, blijft voor de meeste honden spelen en slapen over als bezigheid. Veiligheid wordt geboden door de alfa, de leider van de roedel. Via signalen geeft de alfa een duidelijke rangorde aan. Gedrag en sociale regels hangen af van de positie in de roedel.

www.dehondencoach.com



Een voorbeeld uit de praktijk

Situatieschets

Anja geeft training aan jongeren met opvoedproblemen. Geen gemakkelijke doelgroep. Anja heeft tijdens haar trainingen in toenemende mate last van het grensoverschrijdend gedrag van de jongeren. Ze zijn brutaal en tonen geen respect voor haar als trainster. Anja is erg netjes en perfectionistisch, de trainingen worden goed en precies door haar voorbereid. De werkdruk is erg hoog.

Anja heeft een Weimaraner, een reu van anderhalf jaar oud.

De hond is met veel zorg uitgekozen, zoals je van Anja kan verwachten. De rasvereniging werkte zelfs met een soort psychologisch onderzoek. Anja was trots dat ze als zeer geschikte potentiële eigenaar uit de test kwam. Niets stond dus in de weg om een puppy te nemen. Ook haar man stond er helemaal achter. Echter al snel loopt Anja tegen het feit aan dat ze zich helemaal niet blij voelt met de pup.

Observatie en analyse

Het eerste wat mij tijdens het huisbezoek opvalt, is haar keurig ingerichte huis, designstijl. Alles klopt in deze inrichting, ook de hond past perfect in het interieur. Tijdens dit kennismakingsgesprek gaat het al snel over haar perfectionisme en haar probleem met grenzen stellen. Tijdens deze eerste ontmoeting blijkt dat de hond totaal ongeremd is. Anja heeft geen enkele controle over hem. Uitlaten gaat eigenlijk niet meer, want hij sleept haar mee. Na dit eerste contact waarin ik Anja kennis en vaardigheden over omgaan met honden aanreik, komt in een vervolgesprek Anja's perfectionisme aan bod. Het blijkt dat Anja's moeder een postnatale depressie heeft gehad na haar geboorte, waardoor Anja al vroeg te weinig zorg en leiding kreeg. Die onveiligheid speelt een rol in haar kinderlijke pogingen veiligheid te creëren, de grondslag van haar perfectionisme. Anja vertelt dat ze de begintijd met de pup heel moeilijk heeft gevonden; ze leek wel depressief, kon niet genieten van haar hondje. In een ander gesprek vertelt Anja dat ze de hond als straf, een 15 jaar lange, ervaart. 'Uithuisplaatsing', iets wat normaal tegen mijn ideeën ingaat, bespreek ik wel met haar. Haar reactie komt heel oprecht. Nooit zal ze haar hond aandoen wat haar zelf is aangedaan. Ze was op 15-jarige leeftijd zelf uit huis geplaatst.

Samen aan de slag met coaching

Bovenstaande ervaringen werden allemaal op de hond geprojecteerd en uitte zich in problemen met leidinggeven en grenzen stellen. Concreet zag ik dat als ze met de hond liep, ze een vragende manier van leiding geven had. Alsof ze steeds vroeg, zullen we nu linksaf gaan of wil je misschien nog even snuffelen? We zijn vervolgens samen gaan werken aan leidinggeven tijdens de wandeling. Wat wil zij in plaats van de hond? Hoe kan ze reageren als het niet gaat zoals zij het wil?

Ander concreet gedrag was dat ze bij de hond in de mand ging liggen. Voor haar betekende dit nabijheid en troost. Voor de hond betekende haar gedrag duidelijk gedrag van een ondergeschikte. Tijdens de sessies heeft Anja gewerkt aan haar competenties leidinggeven, grenzen stellen en samenwerken. Wat betreft het samenwerken ging dit niet alleen om de samenwerking met haar hond, maar ook over haar samenwerking met de jongeren, haar man (de leider naast haar) en collega's. Daarmee heeft ze ook gewerkt aan haar neiging het allemaal alleen te doen. Als laatste heeft ze gewerkt aan het creëren van vrijheid en ruimte om zonodig de hond uit huis te plaatsen. Geen 15 jaar lange straf, maar een keuze vanuit eigen vrije wil.

De motieven onder de waterlijn waren voor de hond eenvoudig; 'iemand moet hier de leiding hebben en als niemand dat doet, dan doe ik het.' Voor Anja was haar perfectionisme een manier om van de pijn weg te blijven. Controle geeft veiligheid. Anja leerde dat zij als leider fouten mag maken en zichzelf mag laten steunen.

www.dehondencoach.com



Anja's ervaringen na twee maanden

"Ik merk dat hetgeen wat ik bij jouw sessies heb meegekregen verweven is met mijn werk. Ook het perfectionistische leven, de controle die ik wil behouden en dat ik een bovengemiddelde verwachting schiep van mijn hond qua gedrag kwamen in het consult naar boven. Tijdens het geven van trainingen merk ik nu dat ik meer uit handen durf te geven aan de kandidaten en hen ook meer voor zichzelf laat denken, zodat het mij minder energie kost. Zowel naar mijn hond, mijn man en mijn werk toe probeer ik mijn perfectionisme meer los te laten door voor een goede interactie te zorgen en te luisteren naar wat zij willen of bedoelen. Voor de hond zie ik leidinggeven als iets nuttigs en waardevols, anders ontspoord hij. Alleen geef ik nu niet dominant-agressief leiding maar meer dominant-assertief. Hiermee bedoel ik dat ik op een respectabele leidinggevende manier aan mijn hond duidelijk maak wat goed gedrag is en wat fout gedrag is.

De communicatie met mijn man is door onze sessies ook vooruit gegaan. Ik heb toch meer zelfinzicht gekregen wat betreft het invullen van zijn gedachten; nu laat ik hem zelf denken en uitspreken, zeker als het over onze hond gaat. Het lot van de hond had nauw te maken met mijn eigen gevoel en verleden. Niet dat ik nou zoveel tekort gekomen ben in mijn jeugd, maar het was wel een hele gewaarwording dat het juist door mijn hond zo naar boven kwam."

Conclusie: dat is waarvoor De HondenCoach het doet!

Je kunt dus stellen dat problemen met onze honden over het algemeen voortkomen uit de ijsberg van de eigenaar in plaats van die van de hond. Eigenaar zijn betekent niet automatisch dat je ook het leiderschap hebt. Competenties die een hondeneigenaar nodig heeft, zijn onder andere grenzen stellen, leiding geven en consequent zijn. Dit zijn ook op de werkvloer vaak hele gewenste competenties. Het inzicht dat u krijgt door met uw hond samen te werken, kunt u gebruiken om ook op andere vlakken in uw leven problemen aan te pakken en samenwerking te bevorderen.

Deze manier van werken met mens en hond geeft mij veel voldoening. Er is op veel gebieden zoveel uit te halen, vooral omdat beide partijen gelukkiger worden als de samenwerking goed verloopt.

*Irene Glansbeek
De HondenCoach*

www.dehondencoach.com