

Ho-Wareness

Roots-to-Bridges

Equine Therapy

Ho-Wareness

**Roots-to-Bridges
Equine Therapy**

Eric Van Poucke

Schrijver: Eric Van Poucke
Coverontwerp: Eric Van Poucke
ISBN:
© Eric Van Poucke

Dankwoord

Geruime tijd ben ik op zoek naar een naam voor mijn vernieuwde methodiek coachen met paarden. Toen ik in 2005 de methodiek Equicoaching voorstelde was de methodiek nieuw en de naam onbekend. Ondertussen is de naam Equicoaching een begrip geworden. Veel vormen van begeleidingen met paarden worden onder deze noemer geplaatst.

De combinatie van de mijn coachingsmethodiek en de begeleiding naast paarden vraagt een andere naam. Binnen Roots-to-Bridges is het een tool die de deelnemer(s) bewust maakt, laat hunkeren en naar hun oplossingen begeleidt. Belangrijk hierbij is de ingang van de coachee. De coach sluit aan bij de deelnemer in plaats van dat de coachee bij de methodiek van de coach.

Het is een bewustmakingsproces en er wordt o.a. gewerkt met paarden. Ik heb hiervoor maanden gepiekerd over een naam die zowel nieuw is en de lading zoveel mogelijk dekt. Ik deelde mijn zoektocht met Erwin Herbrand. Hij kent mijn aanpak en weet tot welke resultaten de methodiek leidt.

Snel kwam Erwin met de naam ***Ho-Wareness***, horse en awareness. Een naam dat klinkt en op verschillende wijze kan ingevuld worden. Coachen met paarden is het eerste wat ik erin erken. Ruiters gebruiken ook "HO" wanneer het paard moet stoppen. De coachee die ik ontmoet zeggen een "HO" en willen een nieuwe aanpak in hun leven, op de job.

Inleiding

Loopbaancoaching, burn out coaching, wandelcoaching, ... meerdere methodieken en thema's worden door een coach begeleid. Elke coachingsvorm heeft als doel het gedrag van de coachee te veranderen. Coaching is een begeleiding van een of meerdere personen. Er is een vraag en deze vraag moet opgelost worden.

Ho-wareness valt onder de grote noemer equine therapy, begeleidingen met paarden. Een begeleidingsvorm wat sinds enkele jaren een enorm aanbod heeft. Zelf ben ik gestart met mijn methodiek Equicoaching. Een begeleiding naast het paard waarbij het prachtig dier steeds een metafoor is.

Na vele jaren Equicoaching is het tijd voor reflectie en evaluatie. De eerste bijsturing kan je vinden in de methodiek Roots-to-Bridges. Hierbij staat de ingang met de coachee centraal. In mijn beleving en ervaring is het steeds de coachee die de methodiek of de techniek van de hulpverlener moet volgen of aanleren. Lukt dit niet dan wordt de coachee doorverwezen.

Ho-wareness sluit ook aan bij de interesse, de Roots, van de coachee. Zijn ingang is de rode draad in de oefeningen. Het paard is hier een metafoor binnen de Roots. Is de ingang paarden dan kan ik snel een oefening met het paard inzetten. Maar ook coachee waarvoor het paard hem weinig of niets zegt of angstig is in zijn buurt, breng ik naast het paard. Vanzelfsprekend doe ik dit niet bij de eerste sessie.

Mijn doel met dit boek is mijn aanpak met de lezer delen. Oefeningen en verhalen maken het voor de lezer helder. Andere oefeningen en begeleidingstrajecten lees je in *Oefeningen*,

begeleidingen met paarden en Begeleidingstrajecten oefeningen met en zonder paarden.

Ho-wareness door enkel met oefeningen naast een paard heeft weinig of geen diepgang en gewenst resultaat. Structuur en coachingskills zijn onmisbaar. Een traject opbouwen van bewustwording naar hunkering en stapsgewijs de gewenste gedragsverandering realiseren. De coach blijft verantwoordelijk voor het proces. De coachee voor de inhoud en de toepassing. De skills en structuur lees je in *Roots-to-Bridges Coaching, Een toegankelijke methodiek. Ook voor jou.*

Met dit boek ligt de focus op de structuur en proces in de paddock.

Veel succes.

Eric

Ho-wareness coaching

In de naam Ho-wareness staan twee woorden afgekort, Ho van horse en Wareness van awareness. Twee uitgangspunten en steeds terugkomende elementen. Het paard is de partner van de coach. Het heeft nog een belangrijker functie dan de coach. De impact gedurende oefening is heel groot. Jaren na de sessie weet de coachee nog wat het paard met hem gedaan heeft.

Een opdrachtgever was heel enthousiast over de begeleiding met paarden. Hij was zes jaar voordien een deelnemer van een teamsessie. Hij herinnerde zich de oefening en de reacties van Pino. Wie de coach was kon hij zich niet meer herinneren. Hij had mij mij vergeten.

De impact van de oefening en de succeservaring met het paard is waar de coachee verder kan toepassen. De coach is niet belangrijk. Hij is slechts de procesbegeleider.

Awareness helpt de coachee opmerkzaam zijn van zijn denken, voelen en doen met de impact op zijn omgeving en omgekeerd. Bewust zijn van de zintuigen en het gebeuren komt ook aan bod in een sessie Roots-to-Bridges coaching. Binnen Ho-wareness stimuleert het paard de coachee bewust te worden en zijn. Opmerzaamheid en daarbij alle oordelen weglaten. De persoonlijke voordelen ontdekt de coachee in de sessie.

Het paard

Het paard is bij deze begeleidingsvorm de voornaamste partner van de coach. Zijn gedrag confronteert en leidt tot succeservaringen voor de coachee. Voor sommigen spiegelt het paard. Voor mij stelt het een juist gedrag op dat moment. Een gedrag wat de coachee op

dit exacte moment in de coaching nodig heeft. Als coach geef ik geen enkele invulling aan wat ik zie of hoor.

Spiegelen neem ik hier ook niet in de mond. Het is mijn invulling. De coachee mag zijn betekenis geven aan het gedrag van het paard. Hij is voor mij de belangrijkste persoon. Het is zijn begeleiding.

Het paard is een heel bijzonder dier met een belangrijk verschil met bijvoorbeeld honden. Dieren hebben een positieve invloed op de mens. Honden bewijzen dit in meerdere begeleidingen en situaties. Mijn ervaring met een politiehond doet me besluiten geen honden in te zetten.

In mijn familie was een politieagent. Ik kwam op bezoek en hij was heel fier met de eerste opgeleide politiehond van het korps. In zijn enthousiasme wou hij een kleine demonstratie geven. "Doe eens alsof je me wil aanvallen." Als jonge kerel speelde ik heel graag dit spel mee. De hond liet onmiddellijk zijn tanden zien. Ik was niet alleen onder de indruk maar ook bang. Het gevolg van deze korte vertoning was dat de hond me bleef wantrouwen. Telkens ik bij deze man kwam, gromde de hond en diende zijn baasje de goedkeuring te geven.

Deze ervaring doet me besluiten dat honden een geschiedenis meenemen. Ik had en heb nog steeds een hond. Ik heb veel plezier wanneer de hond duidelijk weet wat hij mag en niet mag. Op een respectvolle wijze met elkaar communiceren. Wel ben ik voor de hond de leider. Ik sta hoger in de roedel.

Ho : horses.

Paarden zijn een krachtige tool in de begeleiding.

Ze confronteren, maken bewust en geven onvergetelijke ervaringen.

Wareness

Zintuiglijk opmerken, de impact van de coachee zijn communicatie opmerken op de omgeving en omgekeerd.

Samenwerken vanuit gelijkwaardigheid

Het contact met paarden en in het bijzonder Pinochet, Pino voor wie met hem mocht werken, leert me samenwerken. Vanuit IK OK – JIJ OK aan de slag gaan. Elk met ons kunnen en verantwoordelijkheden. Ik geef de opdrachten aan en het paard voert die op een veilige wijze uit. Het gevoel en gedachten 'samen' is hier belangrijk en de sleutel tot succes. Wil ik vanuit dominantie de opdrachten aangeven dan krijg ik zeker weerstand en protest. Ga ik naar een lagere positie en sta ik in een ondergeschikte rol dan doet het paard snel wat het zelf wil.

Bekijk ik dit vanuit Transactionele Analyse van Eric Berne dan benader ik het paard vanuit mijn Volwassen-egotoestand. Samen op stap, samen in de les, samen de coachee begeleiden. Dominantie komt vanuit mijn Ouder-egotoestand. Ik wil en het zal. Ik weet wat goed is en hoe het moet. Het paard moet dit uitvoeren. Ik zie bij dominante coachees het paard weglopen en daarbij zijn achterhand de lucht ingaan. Een andere coachee kan geen beweging in het paard brengen. Hij trekt en sleurt aan het touw. Het paard staat stokstijf. Het heeft meer kracht dan de coachee.

Vanuit het speelse van de coachee of de gehoorzame en onderdanige Kind-egotoestand gaat het paard heel snel in zijn Ouder-egotoestand. Het mag tonen wie het is. Zijn kracht en dominantie komt zichtbaar en de coachee nestelt zich nog meer in zijn Kind.