

INTERVIEW Caroline Duine coacht met paarden en heeft het drukker dan ooit

'Paard geeft altijd direct aan hoe de situatie écht is'

Caroline Duine is een energiek mens met een frisse blik. Blonde haren pieken onder haar cap vandaan. Ze heeft net op haar paard Stijn gereden, een torenhoge schimmel. Met haar bedrijf Zincaro Coaching met Paarden heeft ze het momenteel misschien wel drukker dan ooit.

Liesanne Schoon

Waarland ■ Bij haar kan je terecht voor coaching met paarden. „Niet te verwarren met dat ik mensen coach hoe ze met hun paard om moeten gaan. Ik coach mensen met behulp van paarden”, zegt ze. „Juist nu merk ik dat er behoefte is aan coaching. Mensen zijn meer op zichzelf aangewezen en vragen zich af hoe ze om moeten gaan met deze situatie.”

Gedragsproblematiek

Vijfentwintig jaar geleden begon ze in de hulpverlening en daarnaast lopen paarden als een rode draad door haar leven. „Ik was altijd met paarden in de weer”, zegt Duine. In 2012 deed ze een opleiding om deze twee dingen samen te voegen. „Tijdens mijn werk in de hulpverlening kwam ik veel in aanraking met ouders en kinderen die te maken hadden met gedragsproblematiek. Het was een organisch proces om dit samen te voegen met de paarden.” Een paard is immers een puur dier en ze leven in het moment. Ze geven altijd een eerlijke en ondubbelzinnige reactie. „Dat is wat mij aantrok in dit vak.”

Leiderschap

„Veel mensen denken dat het zweverig is, maar een coachingstraject met een paard is natuurlijk, direct en concreet. Door de omgang met een paard, word je automatisch in de leiderschapsrol geplaatst en kunnen er veel dingen uit jouw gedrag gehaald worden op het moment dat je met een dier omgaat. Voor een paard is lichaamstaal de voornaamste communicatie, dus de reactie van een paard op een klant zegt heel veel. Daar kan ik mee aan de slag. We werken aan alledaagse dingen, het kiezen voor jezelf, het aangeven van grenzen en het geven van leiding. Doordat het paard aangeeft wat er aan de hand is, voelt deze vorm van coaching voor veel mensen heel relaxt.”

Deze manier van coaching wordt veel toegepast bij teams, vooral in het onderwijs, management en in de zorg is het populair. Zo coacht Duine bijvoorbeeld veel medewerkers van de gemeente Hollands Kroon. „Op dit moment is het coachen van teams stil komen te liggen, maar in deze bijzondere situatie is de behoefte aan coaching juist groot. Nu komen er vooral vragen binnen als:



FOTO SUSANNE HERMES

i

Kinderen

Kinderen hebben veel baat bij haar methode. „Dat gaat natuurlijk spelenderwijs. Je ziet dat kinderen zich bij een dier gemakkelijker openstellen. Als een kind bijvoorbeeld drukker gedrag laat zien, merk je dat hij sneller rustig wordt bij een paard, zodat er een verbinding ontstaat. Dat zorgt voor hele mooie resultaten. Het zorgt onder andere voor meer zelfvertrouwen, rust en duidelijker grenzen kunnen aangeven.

klant te analyseren, maakt Duine dingen bespreekbaar en krijgt de klant weer regie over de dingen die hij of zij zelf wil. „Dat is heel mooi om te zien en je merkt daarbij dat het onmiddellijk effect heeft, een paard geeft altijd direct aan hoe de situatie écht is. De paarden houden jou een spiegel voor. In de oefeningen zie je bijvoorbeeld hoe iemand zijn grenzen aangeeft of hoe non-verbale en verbale communicatie weer op één lijn komen te liggen. Hierdoor krijg je meer ruimte voor jezelf en daar word je een leuker

mens van. Echt.”

Duine schiet mensen te hulp in privé- of werksituaties. Laatst kreeg ik een mooi compliment van een klant, die zei; jij kan hele vervelende en moeilijke dingen benoemen op een hele rustige en natuurlijke manier, waardoor je het echt kan horen en zelf kan kijken wat je ermee doet.”

Caroline Duine werkt onder meer bij Stal Marcel Beukers in Waarland.

”

Juist nu merk ik dat er behoefte is aan coaching

”

Een paard geeft altijd aan hoe het écht met je gaat

hoe ga je om met deze periode, wat is je rol in het gezinsleven en welke keuzes wil ik maken? Mensen komen op een punt waarin ze zich afvragen, is dit het nu? De angst en onzekerheid nemen toe, dat merk je overal. Maar het geeft ook een kans om met jezelf aan de slag te gaan.”

Spiegelen

Door de reactie van het paard op de

advertentie

Online sale in Andijk
Bekijk het volledige aanbod op onze website

KORTING
20-65%
op ruim 300 modellen

-35%

MOBIEL
INTERIEUR

Sur & Plus
hoekbank 'Noa'

www.mobielinterieur.nl
8000m² woondesign