

Hond die voor coach speelt

26-03-2019 om 20:10 door Marcel van Lier



Wendy en Caylo: „Twee coaches voor de prijs van één.“
Afbeelding: Mara van den Oetelaar

Jongeren coachen, het lijkt vaak een hondenbaan. Behalve als de coach ook echt een hond is. Dan ontstaat een interactie die zo natuurlijk en ongedwongen is, dat je er haast als vanzelf beter van wordt. Wendy van Gestel heeft zo'n therapeut in dienst. Ze startte vorig jaar als eerste in Noord-Limburg een professionele praktijk voor 'dog assisted coaching'.

Met hulp van haar hond Caylo begeleidt Wendy van Gestel van 2Coaches mensen die 'niet goed bij hun emoties kunnen', zoals ze het zelf noemt. Mede door haar achtergrond als jeugdhulpverlener werkt ze vooral met kinderen en jongeren. „Bij pubers zie je het beste hoe effectief deze methode is. Ze kampen vaak met gebrek aan zelfvertrouwen, voelen zich afgewezen en buitengesloten. De coachhond helpt hen om weer contact te maken.”

Pure feedback

Reflectie is daarbij het toverwoord. Van Gestel: „Honden hebben geen verborgen agenda. Het zijn specialisten in non-verbale communicatie. Hun reactie is primair en eerlijk, ze doen niet meer of minder dan degene die ze coachen een spiegel voorhouden. De feedback is zo puur, daar kun je niet omheen.”

De 45-jarige Venlose kent haar hond door en door, maar wordt toch telkens weer geraakt als ze ziet wat er gebeurt wanneer Caylo met een cliënt aan de gang gaat. „Ze voelt feilloos aan of er iets aan de hand is en laat dat ook blijken. Het is dan aan mij om de signalen te herkennen en duiden.” Hondentaal is universeel en daardoor in principe voor iedereen begrijpelijk. „Op voorwaarde dat de hond niet te veel is afgericht”, voegt ze eraan toe. „Het werkt het beste bij natuurlijk gedrag.”

Hondencoaching is geen kunstje. Toch zijn niet alle honden geschikt voor dit werk. „Ze worden eerst getest en vervolgens opgeleid tot gecertificeerd therapiehond. Caylo bleek een natuurtalent. Ze vindt het heerlijk om met mensen bezig te zijn.” De coachhond zorgt voor bewustwording. Visualisatie is daarbij een veel gebruikte techniek. „Een meisje gaf aan dat ze last had van spanningen in huis. Ik vroeg haar de woning uit te tekenen in het zand en daarheen te gaan waar ze zich het prettigst voelde. Terwijl ze rondliep, trok Caylo ineens hard aan de riem. Ze reageerde op de onrust van het meisje. De boodschap was om beter naar haar lijf te luisteren en de spanningen vóór te zijn.”

Parcours

Een eenvoudig parcours lopen kan al tot inzichten leiden. „Hoe de hond reageert, zegt veel over hoe iemand in elkaar zit. Pak je de leiding of is het de hond die bepaalt welke kant het opgaat? Hoe stevig hou je de riem vast? Het begint feitelijk al bij het uitzetten van het parcours. Hoe hoog leg je de lat, voor jezelf én voor de hond?”

Wendy van Gestel is naast hulpverlener ook ervaringsdeskundige. Caylo kwam in haar leven toen ze met zichzelf in de knoop zat en hielp haar door een moeilijke tijd. „Caylo is veel meer dan mijn maatje. Ze motiveert, steunt, ontspant en troost puur vanuit haar intuïtie. Dat raakt me elke keer opnieuw.”

