

# Team met PK.

Samen kom je verder.



Verbeter je samenwerking met  
paardenkracht.

**PEOPLE @ MOVE**  
laat mensen stralen!



## **Verbeter de samenwerking in je team met paardenkracht.**

Paarden leven van nature in kuddes en moeten optimaal samenwerken om te kunnen overleven. Paarden zijn prooidieren en dus erg kwetsbaar. Een paard alleen heeft geen schijn van kans op overleven. Hun samenwerking is gebaseerd op uitstekende communicatie. Zij communiceren niet door gesproken taal maar door lichaamstaal. Hun zintuigen zijn scherp ontwikkeld. Dit zorgt ervoor dat kuddegenoten elkaar perfect en direct aanvoelen. Als één paard in de kudde angst voelt, is de rest meteen alert. Hier gaat niet zoals bij ons mensen een dialoog aan vooraf. Wanneer één paard er vandoor gaat, is het risico wanneer je blijft staan, omdat je eerst zelf wilt bepalen of er een reden is om te gaan rennen, groter dan wanneer je mee rent in het vertrouwen dat er een reden is om te rennen.

## **Bewegen als kudde.**

Zoals gezegd leven paarden in kuddes om te kunnen overleven. Wij mensen zijn eigenlijk ook kuddedieren. Alleen leven wij niet in één maar in meerdere kuddes. Denk aan de familie kudde, de sportclubkudde, de werkvloerkudde, je vriendenkudde etc. Het is waarschijnlijk dat je als mens in iedere kudde een andere rol en positie vervult. Dit maakt het kuddeleven van een mens best ingewikkeld.

Om welke kudde het ook gaat, iedere kudde functioneert op zijn best wanneer er rust, vertrouwen, duidelijkheid, gemeenschappelijkheid en leiderschap is. Wat niet wil zeggen dat ieder lid van de kudde in elke situatie dezelfde rol of positie heeft. Een kudde paarden is zeer bekend met het fenomeen situationeel leiderschap. In elke situatie kan het iemand anders zijn die als eerste in beweging komt. Het maakt niet uit wie er in beweging komt, de rest volgt en beweegt dezelfde kant op.

## **Waarom het team laten samenwerken met paarden?**

Paarden zijn ontzettend goed in het lezen van lichaamstaal. Mensen zijn over het algemeen slecht in de controle over hun lichaamstaal. Via onze lichaamstaal geven we allerlei informatie die we met woorden niet kunnen, willen of durven zeggen. Dit is wel wat paarden bij ons zien. Ze zien aan je lichaamstaal hoe jij je voelt, wat je denkt en wat je behoeftes zijn. Hun spiegelneuronen worden geactiveerd en hiermee zullen zij reageren op jou als mens of jullie als kudde. Dat doen ze instinctief en zonder oordeel.

Daarnaast heeft het paard van nature de behoefte om zich aan te sluiten bij een kudde die veiligheid biedt. De kudde is veilig wanneer er vertrouwen, harmonie, communicatie en verbinding is. Het paard geeft dus zonder oordeel feedback op hoe het in het team gesteld is met het vertrouwen, verbinding en communicatie.

## **Is coaching met paarden niet zweverig?**

Die vraag krijg ik regelmatig. Het tegendeel is waar. Het is juist een heel natuurlijke vorm waarin je leert over het effect van gedrag en gedragspatronen. Dat er geen andere, dan de non verbale, taal is tussen mens en paard, zegt niets over zweverigheid. Het paard heeft alleen zulke goed zintuigen dat hij elke minuscule verandering in het lichaam opmerkt.

Stel dat je met iemand moet samen werken die je niet zo graag mag, die hele andere denkbeelden of waardes heeft dan jij of die gedragspatronen heeft die weerstand bij jou oproepen. Welke effect zou dit

op jouw eigen gedrag en non verbale communicatie hebben? Stel dat je met iemand samen werkt waarmee je helemaal op één lijn zit, die dezelfde ideeën, gedachtes en waardes heeft. Welk effect zou deze samenwerking hebben op jullie gedrag en non verbale communicatie?

Wij mensen zijn geneigd deze verschillen te verbaliseren en met elkaar te discussiëren om te bepalen wat het beste is, wie het beste idee heeft, wie gevolgd kan worden, wie de leiding krijgt of wie gelijk heeft.

Paarden spiegelen dit onuitgesproken proces door zich niet aan te sluiten bij de kudde. Misschien volgt het paard de meest betrouwbare persoon die er op dat moment is of het paard laat signalen zien die aangeven dat er spanning is. De coach kan deze signalen lezen, terug geven aan het team en met ze onderzoeken wat er gedaan kan worden om de verbinding, harmonie, het bewegen als een kudde te herstellen. De paardencoach is niet zweverig, alleen heel goed getraind in het lezen van de signalen van het paard.

## Hoe gaan we aan de slag?

Voordat we met het paard aan de slag gaan hebben we een gesprek over met welke doelstellingen het team aan de slag wil gaan. Wat willen zij onderzoeken of leren?

Dat kunnen verschillende dingen zijn zoals bv:

- Jullie willen onderzoeken wat jullie gemeenschappelijke doel is.
- Jullie willen leren beter te communiceren.
- Jullie willen meer verbinding creëren.
- Jullie willen oefenen met situationeel leiderschap.
- Jullie willen werken aan onderling vertrouwen.
- Jullie willen onderzoeken hoe jullie je samenwerking kunnen verbeteren.
- Jullie willen onderzoeken hoe je betere resultaten kunt boeken.
- Jullie willen aan de slag met taakverdeling.

Zomaar wat voorbeelden van vragen waarmee we aan de slag kunnen. De werkvormen die jullie doen met het paard zullen erop gericht zijn op jullie vraag en hetgeen jullie willen leren.

## Voor wie is deze training geschikt.

1. Voor startende teams.
2. Voor teams die willen werken aan een verbetering van de samenwerking en verbinding

## Praktische info.

De Teams met PK training Bestaat uit 3 dagdelen.

Dagdeel 1: Inzicht in jezelf ( de teamleden krijgen inzicht in de eigen kwaliteiten, positie en rol in de groep)

Dagdeel 2: Verbinding met elkaar ( de teamleden krijgen inzicht in wat hen verbindt, inzicht in gedachtes, gevoelens, waardes, behoeftes en doelstellingen van zichzelf en elkaar)

Dagdeel 3: Bewegen als een kudde ( de teamleden gaan aan de slag met opdrachten waarin ze samen naar een resultaat toewerken)

Duur: Drie keer een halve dag.

( De dagdelen kunnen ook los van elkaar gevolgd worden)

Locatie: Stoomdijk 1, Eefde (In de Achterhoek)

Investering: € 750,-( excl. BTW) per dagdeel bij een maximale groepsgrootte van 8 personen,-  
( bij grotere groepen worden extra kosten in rekening gebracht m.b.t de inhuur van extra trainers)

Neem contact op voor meer informatie of het maken van een afspraak via

Tel: **06 51813571** of mail: **[bianca@people2move.nl](mailto:bianca@people2move.nl)**