

Loek Boumans Catharsis Talent Management:

## **‘Het lichaam liegt nooit’**

*Voerendaal. Talentcoach Loek Boumans is fysiotherapeut en organisatie-adviseur. Hij begeleidt met zijn bedrijf Catharsis Talent Management topsporters en managers en reikt ze tools aan om zich in de juiste richting te ontwikkelen. “Het lichaam liegt nooit en overruled moeiteloos de ratio”, aldus Boumans. “Het is dus verstandig om altijd goed om goed naar je lijf te luisteren. Die darmklachten, vermoeidheid, hoofdpijn of duizeligheid zijn er meestal niet voor niets.” Het is volgens Boumans jammer dat we op school alleen over de blauwe kant van het leven (denken, doen en hebben) leren, terwijl de rode kant (gevoelskant, geven, ontvangen) wordt verwaarloosd. De aanpak van de talentcoach richt zich expliciet op rood en blauw en haakt niet in bij het probleem, maar start meteen vanuit de oplossing. “Mensen en organisaties zijn geneigd om bepaalde patronen te herhalen. Er ontstaan dan steeds andere problemen, die echter meestal terug te voeren zijn op dezelfde structuren (patronen). Pas zodra je daar naar durft te kijken, ontstaan er openingen om het beter te doen.”*

“Twintig jaar geleden werden medewerkers van organisaties aangenomen op basis van een functieprofiel dat bol stond van termen als volgzaam, deskundig, hoog instructiegehalte, standvastig en doorzetten”, vertelt Boumans. “Terwijl directies tegenwoordig juist graag competenties zien als flexibiliteit, relatiegericht, communicatief, ondernemend en zelfsturend. De consequentie is dat plusminus de helft van de medewerkers soms in de hoek worden gezet als bandieten, terwijl ze altijd integer en loyaal zijn geweest. Onnodig, want je kunt dat patroon wel degelijk doorbreken. Teveel mensen hebben alleen hun blauwe kant ontwikkeld. Als je er in slaagt om hun rode gevoelskant naar buiten te brengen, is er een wereld te winnen.”

‘Maar je kunt van een paard toch geen koe maken?’, werpt de verslaggever tegen. “Klopt, ik heb het tenminste in de wei tegenover mijn huis nog niet zien gebeuren”, pareert Boumans. “Maar het is daarentegen wel degelijk mogelijk om mensen te ontwikkelen tot tweekleurigheid. De introverte ict’er wordt misschien geen communicatiewonder, maar kan op dat gebied echt meer dan je ooit voor mogelijk had gehouden. Hij heeft het alleen nooit gedaan en nooit geleerd. Zodra deze mensen daadwerkelijk veranderen, ontstaan er weer opnieuw confrontaties. Want een baas die een volgzame medewerker opeens te horen krijgt ‘hou nou eens even je kop’, zal ook zichzelf even tegenkomen. Ondertussen gaat het werk gewoon door... Veranderen is niet makkelijk, maar het geeft wel voldoening.”

### **Coachen van toppers**

Loek Boumans geeft niet alleen organisatie- en reïntegratie-adviezen maar begeleidt ook topsporters en managers. “Alle toppers komen op een dag in een crisis terecht, omdat het nu eenmaal de aard van het beestje is om zeer sterk te focussen en door te gaan tot het gaatje. Ze krijgen bijvoorbeeld lichamelijke klachten omdat ze te lang op dezelfde manier doorgaan en steeds minder meeropbrengst van hun inspanningen zien. Het lijf geeft nooit negatieve feedback, maar geeft je signalen voor gedragsverandering. Mensen die het even niet meer zien zitten, ik noem dit zatfase 3, zijn op een t-splitsing van oud en nieuw gedrag aanbeland. Dit is een ideaal moment om te veranderen. In zatfase 3 komen emoties los zoals hoofdpijn, vermoeidheid of darmklachten. In de zorgsector zeggen ze dan tegen die mensen: ‘u heeft een probleem’. Er wordt vervolgens bij voortduring gefocust op het probleem (bijvoorbeeld de hoofdpijn), terwijl de onderliggende problematiek niet wordt opgelost. Op die manier gaat het verblijf op de crisisrotonde onnodig lang duren. Ook altijd maar wijzen op externe factoren

(De trainer is slecht, de concurrentie verkoopt onder de prijs, in Den Haag doen ze maar, de faciliteiten zijn slecht en andere excusen) helpt de zaak niet vooruit. Het is essentieel om ook jouw eigen aandeel kritisch onder de loep te nemen. Ik draai het dan ook graag om en stel: het is hartstikke mooi dat uw lichaam signalen geeft, het lichaam liegt nooit. De houdbaarheidsdatum van jouw manier van leven is voorbij. Het wordt tijd om andere wegen in te slaan!”