

Landmark Education



Ria Bauhofer

'Mensen maken zélf een keuze'

Ria Bauhofer (52) is directeur van Landmark Education. Met trainingen wil dit bedrijf de mogelijkheden voor succes, maar ook voor bevrediging en grootsheid creëren. 'Elke goede manager moet daarin geïnteresseerd zijn.'

Vaak als ik mensen spreek, heb ik het idee dat zij motivatie zien als een hamster die daardoor sneller rent in zo'n hamsterwiel. Zo zie ik motivatie dus niet. Het gaat er niet alleen om om dingen sneller te doen, het gaat erom dat je geroepen wordt en bekrachtigd. Motivatie houdt in dat je voor jezelf een of meer mogelijkheden creëert die je inspireren, waardoor alles wat je doet, denkt, voelt en zegt, voortkomt uit die mogelijkheid. In het Landmark Forum zag ik in dat ik mensen liefde onthield om mezelf te beschermen. Daarna vond ik het interessanter om liefdevol te zijn dan om te voorkomen dat anderen mij pijn zouden doen. Elke dag als ik opsta, besef ik dat ik dingen liefdevol mag doen.

'Het allerbelangrijkste als je mensen wilt motiveren, is communicatie. Je moet weten waaraan zij geëngageerd zijn, wat ze op de automatische piloot doen, en wat ze willen creëren. Natuurlijk stuit je daarbij soms op weerstanden. Mensen hebben altijd weerstanden, die had ik ook. Maar ik relateer niet aan de weerstanden, maar aan datgene wat mensen willen bereiken. Elke goede manager moet daarin geïnteresseerd zijn. De deelnemers aan Landmark Forum komen hier nooit op basis van wat

wij zeggen, maar maken zelf een keuze. En dat gebeurt altijd op basis van iemand die ze vertrouwen: een vriend, een collega of een familielid. Ieder bedrijf zou jaloers zijn op de mond-tot-mondreclame die wij krijgen. Zelf was ik ook hartstikke geraakt door wat mogelijk is voor mensen. Dat is ook de reden dat ik vanuit Duitsland, waar ik de cursus heb gevolgd, ben terugverhuisd naar Nederland. Ik wilde dat dit onderwijs ook in Nederland zou worden aangeboden.

'Het Landmark Forum duurt drie dagen, van negen uur 's ochtends tot tien uur 's avonds. Ik vind dat niet heel intensief. Tegenwoordig gaan mensen na hun werk nog tot diep in de nacht uit, dát is intensief. Dit is een cursus, een onderzoek waarin je kijkt wie je bent en, nog belangrijker, wie je geweest bent. De meeste mensen komen er veel fitter vandaan dan dat ze kwamen.' (NW)

GOUDEN TIP

'Het allerbelangrijkste op de werkvloer is niet wat je tegen mensen zegt, maar waar je vandaan komt. Als ik de werknemer benader vanuit verbondenheid, dan weten ze dat ik ze wil laten winnen en slagen.'

'Alles draait om betrokkenheid'

Yneke Vocking (42) is voedingskundige en lifestylecoach. Zij werkte mee aan de tv-programma's *De Afvallers* en *De Afvallers met Sterren* en schrijft boeken en columns. 'Mannen moet je vaak afremmen, vrouwen juist stimuleren.'

De kern van motiveren is betrokkenheid. Als ik er achter kom dat mensen het niet voor zichzelf doen, dan begin ik er niet eens aan. Als je het zelf niet echt wilt, dan gaat het absoluut niet lukken.

Iedereen wordt op een andere manier gemotiveerd. Wat je nooit moet doen, is werken met standaardtrucs. Je kunt wel tegen iemand zeggen: "Je moet het visualiseren", maar iedereen met ervaring in de verkoop of met trainingen prikt daar zó door heen. Je moet proberen te achterhalen wat iemand wil en waarom hij dat wil.'

'Samen met mij bepalen mensen hun doel. Mannen moet je daarbij vaak afremmen - die willen volgend jaar de marathon van New York lopen, vrouwen moet je juist stimuleren. Vrouwen hebben vaak ook wat meer moeite met afvallen. De meeste mannen kunnen met wat tips en richtlijnen hun doel wel bereiken. Vrouwen gaan over het algemeen emotioneler om met eten, het zit meer in hun hoofd.

'Er zijn mensen die de neiging hebben oorzaken buiten zichzelf te zoeken, en die het heel moeilijk vinden om in te zien dat ze zélf dingen moeten veranderen. Soms red je het door ze een spiegel voor te houden: "Ik kan me voorstellen dat je het naar vindt dat je kat dood is, maar als je dan naar de chocola grijpt, straf je jezelf nóg een keer."

'Soms vind ik dat mensen zeuren, maar dat moet je dan gewoon zeggen. In het begin vond ik dat moeilijk, maar sommige mensen hebben gewoon een schop onder hun kont nodig. Dan zeg ik: "Dat zijn allemaal wel leuke verhalen, maar ze komen rechtstreeks uit het smoezenboek." Ik denk dat het ook scheelt dat ik niet meer de jongste ben, ik laat me nu