



*Even kletsen met Laura van den Ouden*

# Zigzaggend vertragen

Auteur: **Sofie Willox**

“Na twintig jaar erg hard werken en op de weg zitten, wilde ik dichterbij de natuur zijn, voldoende sportief zijn en meer van het leven genieten,” vertelt expert-trainer Laura van den Ouden. Sinds 2019 is zij trotse bezitter van een catamaran, reist ze graag en blijft ze via internet in contact met haar klanten. Zeilen kan ze prima combineren met werken. “Dankzij wifi maakt het niet uit van waar ik werk. Ik faciliteer online trainingen en ontvang ook regelmatig groepen op de boot.”

Ik bezocht haar toen ze heel even in België voor anker lag.

“Sinds ik vanaf de catamaran werk is mijn aanpak veranderd,” legt Laura van den Ouden uit. “Ik word nu gedwongen rekening te houden met de wetmatigheden van de natuur en moet steeds voorbereid zijn. Anticiperen is de boodschap. Stel dat de wifi het niet meer doet tijdens een online training? Heb ik voldoende zonne-energie opgeladen in de lithiumbatterijen om te kunnen werken of verlichting te hebben in de avonduren? Dat vraagt om een plan B. Daarnaast heb ik geleerd dat ik niet altijd recht op mijn doel kan afgaan. Dat kun je letterlijk nemen. Afhankelijk van de wind moeten we zigzaggend navigeren. Dat is trouwens een mooie metafoor voor ons werk en leven.”

“Ik geniet heel erg van het vertragingseffect. Ik leef bewuster en handel meer milieubewust. Zo maak ik op elk moment keuzes als ik elektrische toestellen aanzet, zoet water verbruik of de motor aanzet. Daarnaast heb ik ook geleerd elke dag met mijn partner op een kleine oppervlakte lief en leed te delen. Het zeilen bracht ons nog dichter bij elkaar. Ja, we zijn gelukkig!”

### Impact

“Toen ik de boot kocht had ik nog nooit gezeild. Mijn partner en ik hebben pas echt leren zeilen nadat we de boot hebben gekocht. Een ander koppel heeft ons twee weken lang door een bootcamp zeilen geloodst. Daarna was het aan ons en leerden we al doende, want zeilen leer je niet vanuit een boek. Net zoals mijn cursisten hun inzichten ook vertalen naar de praktijk via een sterke transfer en *learning on the job*.”

“Mijn deelnemers vinden het zeilen een unieke ervaring. De natuurlijke omgeving



### Over Laura van den Ouden...

Adviseur, spreker, trainer en coach Laura van den Ouden zeilt vanaf 2021 de wereld rond. Zij is eigenaar van Expert Trainers en biedt vanaf haar catamaran online trainingen aan voor opleiders en vakspecialisten. Ze houdt middels blogs op [www.catamaranhorizon.com](http://www.catamaranhorizon.com) een dagboek bij over haar ervaringen. Van den Ouden is in 2018/2019 en 2019/2020 uitgeroepen tot Trainer van het Jaar door NOBTRA, schreef boeken en ontwikkelde het KIT-model en Transfermodel voor borging van leren op de werkvloer. [www.experttrainers.nl](http://www.experttrainers.nl)

brengt rust en ruimte voor meer reflectie. De sfeer is uniek. In tegenstelling tot een klassieke setting kun je op de boot niet weglopen om wat anders te gaan doen. We zitten letterlijk op een drijvend eiland op elkaars lip. Ook de gesprekken zijn intiemer en meer open dan aan wal. Mensen zijn informeler en meer op hun gemak. Omdat de context zo anders is, herinneren mijn

deelnemers zich dan ook doorgaans beter wat we hebben besproken die dag. Dit dankzij het water en invloed van de natuur.”

### Koers

Op de vraag waar de reis naartoe gaat, antwoordt Van den Ouden vanuit België langs de Franse kust, Portugal en Gibraltar naar de Middellandse Zee te willen zeilen.

“Daarna hopen we over te steken richting het Caraïbisch gebied. Op lange termijn dromen we ervan om Azië aan te doen. Ik zeg ‘lange termijn’ want we zeilen met een snelheid van 10 km/u. Kun je nagaan wat ik bedoel met ‘vertragen.’” ♦

**Sofie Willox** is lid van de TvOO-adviesraad.

## professioneel begeleiden.nl



### Meer dan 4500 artikelen uit 11 vakbladen online

- Tijdschrift voor Coaching
- LoopbaanVisie
- TVOO
- Tijdschrift Positieve Psychologie
- PsychoSociaal digitaal
- De Nieuwe Meso
- Examens
- ZKM Magazine
- TA Magazine
- Ifilosofie
- Tijdschrift voor begeleidingskunde

Kennis als kern van verbinding

Ruim 41.000 unieke gebruikers

34 organisaties met IP toegang

Meer dan 300 thema's

10 beroepsverenigingen aangesloten  
NOLOC, NVO2, LVSC, NOBTRA, VITA, NVTA, LVPW, ABVC, SRVO, en NVE. Toegang tot het hele platform!

---

 VERENIGINGSNIEUWS
 

---



Verbindend in leren



## Develhub Develop Days

### 22 gratis workshops om je te ontwikkelen op 29 en 30 september 2022

Onze halfjaarlijkse 2-daagse evenementen Winter University en Summer University heten vanaf nu de Develhub Develop Days (DDD)!

Opnieuw hebben we in ons netwerk weer vele (organisatie)leden en partners bereid gevonden hun kennis en ervaring te delen met vakgenoten. We zijn dan ook heel blij om mooie workshops over diverse thema's aan te kunnen bieden aan ons netwerk.

Op donderdag 29 en vrijdag 30 september 2022 kun je maar liefst 22 workshops (live of hybride in Groenekan of online) volgen. We sluiten traditioneel af met een DDD Borrel op 30 september om 15.30 uur.

#### Welke workshop(s) kies jij?

1. PowerPoint, maar dan niet saai – online
2. Gepersonaliseerd leren in de Learning Suite – live
3. Impact analyse with ROI Institute® – live
4. Succesvol inrichten van werkplekleeroplossingen met de 5 Moments of Need methodologie - hybride
5. Impactvol learning content design met de multimedia principes van Mayer – live
6. Skills ontwikkelen in de praktijk: makkelijker gezegd dan gedaan? - live
7. 5 Moments of Need in relatie tot je eigen organisatie – hybride
8. Versterk leren met animaties (eenvoudig gemaakt met Vyond) – live
9. Hoe ontwikkelen in de 'actuele tijd'? – hybride
10. Real Power – van macht naar kracht. Een verfrissende kijk op persoonlijk leiderschap – live
11. Upskilling en reskilling: de komende jaren belangrijker dan ooit – live
12. De nieuwste leiderschapsinzichten vanuit Harvard – online
13. Is Hybride de toekomst? – online

14. De wereld van L&D – de reis van leren naar presteren – live
15. Binden & Boeken / Sturen op werkgeluk – live
16. Leren automatiseren met behulp van data – live
17. Zo houd je het kleurenprofiel en de theorie leven – online
18. Introductie in de Transactionele Analyse – live
19. Ongemotiveerde mensen bestaan niet! – hybride
20. Impactvolle gesprekken met de Verschilmakers – live
21. Waarom zeggen we niet wat we vinden? Over psychologische veiligheid op het werk – hybride
22. Leiderschap: Authenticiteit en congruentie - workshop met paarden – live in het park van Huize Voordaan

Op onze website vind je meer details over deze workshops en je kunt je daar ook direct aanmelden. Ga naar <https://develhub.nl/events>. Wees wel snel, want er zijn een beperkt aantal plekken beschikbaar.

**We verwelkomen je heel graag op 29 en/of 30 september, live of online!**

