

## 9 Zorg dat je zelf de regie houdt

Sinds begin 2021 meldden zich meer varkenshouders aan voor coaching dan normaal, stelt Paulien Hogenkamp van Hogenkamp Agrarische Coaching. Het zijn enerzijds ondernemers die de grip kwijt zijn en anderzijds ondernemers die een klankbord zoeken om 'de kop helder te houden'. AVP in Nederland en hoe daarmee om te gaan, komt in de gesprekken met die laatste groep ook steevast aan bod.

'Zeugenhouders die komen om te sparren zijn serieus bezig met noodscenario's. Vleesvarkenshouders gokken erop dat hun dieren in het geval van AVP naar de slachterij kunnen', zegt Hogenkamp. 'Zorg dat je de regie houdt. Heb je die niet in een noodlijdende situatie, dan blijf je nergens', is haar advies. 'Laat de omstandigheden niet bepalen hoe het met jou gaat, maar bepaal hoe jij met de omstandigheden om wilt gaan.'

Dat geldt bijvoorbeeld ook voor corona, geeft Hogenkamp aan. 'De situatie in de sector is knellend en de meeste ondernemers zitten helemaal niet te wachten op nog meer negativiteit. Baken af waar je met je erfbetreders over wilt praten. Het netwerk speelt ongemerkt een grote rol in het welbevinden', stelt ze.

'En houd het goed in het voorhuis. Heb jij zorgen, bijvoorbeeld over de dreiging van AVP, dan is het menselijk om die af te reageren op de mensen die je het meest na zijn. Maar zij kunnen daar niet altijd mee omgaan. Zoek sparringpartners waarmee je je zorgen kunt delen, zonder ze te projecteren', besluit de ondernemerscoach.