



5 manieren om je eigen pad te bewandelen

Hierbij het nieuwe artikel met als onderwerp: 5 manieren om je eigen pad te bewandelen. Het is geschreven door wandelcoach Tineke Franssen. Tineke wandelt al een jaar voor Het Coach Bureau en boekte geweldige resultaten. Onlangs rondde zij het wandelcoachtraject af met Feike.

Het wandelcoachprogramma dat Tineke met Feike doorliep is het beproefde programma 'Ontdek je talent en wie je bent'. Lees hieronder hoe het Feike lukt om rust te creëren in haar drukke leven, en welk pad zij wil en gaat bewandelen. Laat je inspireren!

Artikel: 5 manieren om je eigen pad te bewandelen

Je hebt mensen die van alle markten thuis zijn. Ze beschikken over veel talenten en hebben energie voor tien. Een groot verantwoordelijkheidsgevoel, maakt dat er veel op hun bordje komt te liggen. En iedereen is blij, want men weet dat er iets goeds uit gaat komen...

Feike (38) is zo'n vrouw. Als zij iets op pakt dan komt het wel goed. Zo blijkt het ook uit de Talentenscan die ze door verschillende mensen heeft laten invullen. Een betrouwbare collega, manager, vriendin, moeder en partner. Ze is een vrouw die heel veel dingen leuk vindt.

Feike werkt als accountmanager bij een milieudienst. Zij is daar als ZZP-er vanuit haar eigen bedrijf voor milieudadvies ingehuurd, voor een aantal dagen per week. Daarnaast is ze ook bezig met haar grote hobby: fotografie. Al haar activiteiten zorgen voor een goed gevulde agenda. Ze rolt als vanzelf van de ene in de andere bezigheid.

Onrust

Als ik haar ontmoet voor de eerste wandeling vertelt Feike dat ze al een tijdje last heeft van een dagelijks terugkerende onrust. Ze is op een punt in haar leven beland, waarop ze een keuze wil gaan maken. Wat wordt de plek die fotografie in de toekomst in gaat nemen in haar leven? Eén ding weet Feike wel: ze wil zichzelf later niet horen zeggen 'had ik er toen maar iets mee gedaan, had ik maar een andere keuze gemaakt'.

Ik vraag haar: 'Wat wil je dat het wandelcoachprogramma jou oplevert?' De eerste reactie die Feike daarop geeft: 'Rust! Rust door duidelijker te kiezen voor hoe ik wil dat mijn pad verder gaat!'. En vervolgens zegt ze: 'ik wil doen wat ik écht wil!'



Feike

Op pad

Met haar wensen gaan we op pad op een heerlijke, herfstige dag in november. Ik stel haar de wondervraag 'je wordt morgen wakker en een wonder zorgt er voor dat het een ideale, heerlijke dag wordt zoals jij je die wenst. Hoe ziet je dag er dan uit?'

Feike komt op gang en beschrijft het heerlijke gevoel dat ze heeft omdat ze zichzelf kan zijn! Er is een gevoel van vrijheid waardoor ze impulsief of spontaan kan reageren op wat er op haar pad komt. Er is rust en focus op het moment dat ze met haar twee, nog jonge, kinderen samen is. En de momenten met het gezin en haar man nemen een prominente plek in op die dag.

Feike beschrijft haar nieuwe werkomgeving als creatief en inspirerend, dit vooral vanwege de samenwerking met andere energieke en enthousiaste ZP-ers. Ze ziet zichzelf nu veel meer in een seniorrol waarbij ze de ander aanstuurt of iets leert. 'Oh', en niet onbelangrijk', roept ze vrij en impulsief, 'er is ook tijd voor mezelf! Tijd om te lezen, sporten, dansen en creatief bezig te zijn. Heerlijk!'



Herfst in Amelisweerd

Sterke kanten

Als ik Feike drie weken later weer ontmoet is het heerlijk zonnig en fris weer. Dik ingepakt gaan we aan de wandel. Ze heeft ondertussen veel gedaan. Er liggen resultaten van verschillende opdrachten en met de verzamelde gegevens begint een coherent beeld te ontstaan. Feike is duidelijk niet iemand die de kantjes ervan afloopt. Ze werkt graag samen met anderen en houdt er dan van om in goede harmonie tot duidelijke besluiten te komen.



Zon in Amelisweerd

Het blijkt ook dat Feike zich flexibel opstelt en zich gemakkelijk aanpast in allerlei situaties. Ze is gestructureerd en een ster in organiseren. Vandaar dat ze zo veel verschillende dingen goed afstemmen. Heel herkenbaar, het is niet voor niets dat die collega's zo blij met haar zijn!

Wat geeft werkelijke voldoening?

Maar hoe zit het eigenlijk met de blijheid van Feike? Ze worstelt met haar volle agenda. En ze is niet de enige. Veel mensen die zich hier in herkennen zijn flexibel en gericht op de ander. Het zijn mooie eigenschappen, zeker, maar het maakt ook dat de focus vooral gericht is op de ander en op 'wat er moet'.

Het zorgt ervoor dat ze niet altijd aandacht besteden aan de eigen wensen en dromen. Soms ben je er zelfs niet bewust van wat jij nu zelf eigenlijk wilt en wat belangrijk voor je is!

Het effect van tijd voor jezelf nemen

Deze eyeopener zorgt voor een bewustwording bij Feike. Het zorgt dat ze scherper stilstaat bij wat zij wil. Ze bezoekt een open dag op de Fotovakschool. Ze geniet en zij weet dat fotografie belangrijk voor haar is. Het geeft haar veel energie. Maar ze ziet nu ook dat het vooral een belangrijke, creatieve hobby voor haar blijft.

'Het voelt goed dit besluit', zegt Feike, als ik haar weer zie. Ze gaat meer rust nemen om vandaar uit verder te kiezen. Daarom besluit ze om de huidige opdracht die ze heeft als accountmanager bij een milieudienst, niet te verlengen. Ze wil zo weer ruimte creëren voor andere, nieuwe opdrachtgevers.

En, even later, vertelt ze haar nieuwe idee. Ze wil onderzoeken of ze ook iets kan gaan doen met professioneel organiseren. Ze is immers een organisatietalent.

Enthousiast

En als we elkaar weer zien is ze zo enthousiast! Ze heeft zich aangemeld voor een cursus professioneel organiseren. Het lijkt haar heerlijk om hiermee verder te gaan, en dan kan ook via haar eigen bedrijf.

En dat niet alleen. Ze zag een leuke vacature voor het uitvoeren van klimaatbeleid! Ze solliciteerde en had een goed gesprek. Het zou geweldig zijn als ze dat als opdracht vanuit haar bedrijf kan doen. En het is ideaal om tegelijkertijd langzaam te gaan investeren in het professioneel organiseren. Feike is helemaal opgetogen en ze zegt graag 'ja' op deze ontwikkeling.

En gelukkig zegt ze niet meer overal 'ja' op: ze laat de organisatie van een vakantie met vrienden nu maar eens aan een ander over.

Je eigen pad bewandelen

Feike vult haar toekomst in zoals zij dat graag wil. Het lukt om de werkzaamheden vanuit haar eigen bedrijf te gaan doen! Ze gaat haar talenten optimaal benutten om het klimaatbeleid uit te voeren en goed neer te zetten én met het volgen van de opleiding voor professioneel organiseren.

Daarnaast krijgt de fotografie een duidelijke plek om ook creatief bezig te zijn.

Ze heeft straks meer ruimte voor zichzelf en haar gezin. En ze kan straks op haar fiets naar haar nieuwe werkplek! En wat het mooiste is ... Feike is zelf blij met de keuzes die ze maakt, voldoening gevende activiteiten waar zij graag mee bezig wil zijn! Ze bewandelt haar eigen pad.



Welk (i)pad bewandel jij?

Tips om je eigen pad te bewandelen

Herken jij jezelf in het verhaal van Feike en wil jij je ook meer richten op je eigen vragen en wensen in plaats van die van anderen? Lees de 5 manieren om je eigen pad te bewandelen.

- **Fantaseer over jouw grootste wensen en schrijf ze op!**
Door stil te staan bij wat jij het liefste wilt, verleg je je focus. In plaats van je altijd te richten op de ander, kun je nu ook jouw eigen verlangens en wensen mee laten wegen in een te nemen besluit of een te kiezen richting. Wat jij belangrijk vindt, wordt medebepalend voor je besluit.
- **Stel jezelf de vraag 'wat wil ik in deze situatie, waar kies ik voor?'**
In welke situatie je je ook bevindt, er is altijd keuzemogelijkheid! Wanneer je voor jezelf afwegingen hebt kunnen maken en hebt kunnen overzien wat de consequenties zijn van een keuze, blijkt dat het ook makkelijker is deze te aanvaarden. Je hebt er immers zelf voor gekozen.
- **Moeten of willen?**
Sta eens stil bij de vraag of je iets van jezelf moet doen of wilt doen. Vind je dat je iets moet doen? Ga er dan even voor zitten en schrijf voor jezelf op wat je redenen zijn. En kijk er nu nog eens mild en vriendelijk naar, en vervang het woordje moeten voor willen. Hoe staat het er dan voor?
Natuurlijk moeten er soms dingen gebeuren, maar kan het wellicht ook anders? Moet iets op deze manier, of nu gelijk? Gun je zelf de ruimte om te onderzoeken of en hoe je iets wilt gaan doen. Op het moment dat je ergens zelf voor kiest, ben je gemotiveerder en levert een activiteit je meer energie op.
- **Observeer en ervaar de reactie van de ander**
Mensen die zich richten op de ander zijn bang dat de ander jouw keuze niet zal accepteren of egoïstisch vindt. Let maar op, je omgeving reageert veel beter op jouw veranderde houding dan je denkt! Jouw rustige en duidelijke uitleg met betrekking tot je gemaakte keuze zorgen voor een acceptatie bij de ander.
- **Realiseer je dat je keuzes niet voor altijd hoeven te zijn**
De keuze om jouw pad te gaan heeft te maken met de situatie waarin je je op dat moment bevindt. Intuïtief en door af te wegen wat belangrijk voor je is, weet je welk besluit het juiste is onder de huidige omstandigheden. En dat wil niet zeggen dat het voor altijd zo is. Over een tijdje kun je weer een andere keuze maken en een ander pad inslaan. Net zo gemakkelijk.

Ik wens je veel succes met het bewandelen van je eigen pad!

Vriendelijke groet,

Tineke Franssen

Heb je ook de neiging om vooral te focussen op wat anderen willen? Wil je liever je eigen pad bewandelen? Nu is het moment! Volg het wandelcoachprogramma ['Ontdek je talent en wie je bent!'](#) bij een van de [leuke en deskundige wandelcoaches](#). **In 4 wandelingen ontdek je helder hoe jij wilt dat je pad er uit gaat zien.** En je zet gelijk al de eerste stappen op die weg!

Heb je belangstelling?

Mail naar mail@coachbureau.nl

of vul het formulier in op ['Ontdek je talent en wie je bent!'](#)

Je bent van harte welkom!

Het Coach Bureau

www.coachbureau.nl

©2012