

COUCHING

Praktijk voor coaching & therapie

Jolanda Wolters - 06-18562126 - Willibrordusstraat 6, 5087 BS Diessen
Jolanda.wolters@couching.nu - www.couching.nu

Hardlopen en stilstaan

Iedere keer als ik ga hardlopen, kom ik Thomas tegen. Hij glimlacht vriendelijk naar me terwijl ik langs hem ren. Met zijn twinkeling in zijn ogen, laat hij zien dat hij bruist van energie. Thomas en ik hebben nog nooit met elkaar gesproken, maar iedere keer als ik hem zie, herinnert hij me eraan dat ik mag genieten van iedere dag en ieder moment, dat ik mag doen wat ik graag wil doen, dat ik vriendelijk mag zijn tegen mezelf wanneer het tegen zit of wanneer de dag niet verloopt, zoals ik graag zou hebben gewild.

Iedere keer als ik Thomas zie, weet ik dat ik geluk bij me draag. Het geluk dat ik iedere minuut het leven mag leven met alle (tegen)wind, regen en zonneschijn die iedere dag met zich meebrengt.

Wat heeft Thomas dan, waardoor hij dit losmaakt bij mij...?

Niets of eigenlijk moet ik zeggen: 'Niets meer'. Bij deze jonge twintiger staat een gedenkboardje, waarop verteld wordt dat hij veel te jong is gestorven gewoon door pure pech. Een jongen die vast vele toekomstdromen had. Dromen die hij later waar had willen maken, maar dat zal ik hem nooit kunnen vragen.

Er is wel iets wat hij biedt zonder dat hij dit weet, namelijk bewustwording.

Ik ben altijd een hardloper geweest. Op alle vlakken ben ik ambitieus, leg ik de lat hoog en stel ik mezelf iedere keer nieuwe doelen. In 2019 ben ik voor het eerst echt gaan stil staan. Ik ben na 17 jaar gestopt met lesgeven. Niet omdat het lesgeven zo zwaar was of omdat ik niet genoeg verdiende. Ik ben gestopt, omdat het werken in het onderwijs niet meer aansloot op mijn waarden. Ik wilde jonge mensen persoonlijk ontwikkelen, laten ontdekken dat ze goed zijn zoals ze zijn, dat ze kunnen ontdekken dat ze hun eigen pad kunnen bewandelen en dat er een keuze is binnen alle regels en eisen die zij zichzelf en de omgeving opleggen. Dat onderwijs een middel is om je dromen vorm te geven. Ik wilde ouders leren hoe ze waardengericht kunnen opvoeden en de reisleider kunnen zijn voor hun kind. Ik wilde handelen vanuit autonomie, gelijkwaardigheid en vertrouwen. Ik wilde ruimte om expertise te delen. Met collega's samenwerken die vanuit hun eigen passie, kennis en kunde het onderwijs naar een hoger plan wilden tillen.

In mijn rol als docent, mentor en counselor was deze ruimte en mogelijkheid er niet. In het onderwijs van vandaag rennen veel docenten iedere dag een marathon, waarin weinig ruimte is om bij te tanken of om de balans op te maken of je nog onderwijs aanbiedt volgens je eigen waarden en wat je nodig hebt om vanuit deze waarden les te geven. Ik heb nu, na zeven jaar studie, mijn eigen functie gecreëerd als Human Self-Management (HSM) coach en ACT-therapeut en wil ik met mijn bedrijf onderwijs ondersteunen en verrijken. Wat mij binnen school niet lukte, bied ik buiten school aan.

Als ik morgen door domme pech wordt aangereden door een auto of mijn hart besluit ermee te stoppen, dan weet ik dat ik heb gekozen voor wat ik belangrijk vond, dan beseft ik me dat ik de liefde en het lef gehad heb om mijn eigen pad te kiezen en vrij te zijn van de verwachtingen en de regels die mijn brein mij wilde opleggen.

Bij iedere stap die ik zet, ontstaat een pad. Een pad die mij brengt, waar ik graag wil komen. Onderweg komt ik de meest mooie mensen tegen, waaronder Thomas. Ieder heeft zijn eigen talent, expertise en passie. Door deze mensen wordt ik verrijkt, geïnspireerd en ervaar ik positieve energie en geniet ik van iedere stap die ik zet. Onderweg ga ik graag stil staan om samen te werken met mensen, bij wie het hart sneller gaat kloppen wanneer zij (mogen) doen wat zij belangrijk vinden in hun leven.