



NIEUWSBRIEF

'REFLECTIE'

C O L U M N

Vaak zijn het plotselinge gebeurtenissen zoals ziekte of dood, die ons er toe aanzetten. Soms zijn kleinere signalen als een lichamelijk ongemak of een vervelende gebeurtenis op het werk al voldoende aanleiding. Maar altijd zijn de momenten als speldenprikjes, die ons vragen stil te staan bij wie we zijn en wat we doen. Het zijn de momenten die leiden tot reflectie.

De 'Dikke Van Dale' vertelt ons over reflectie het volgende: 1) weerspiegeling, terugkaatsing en 2) beschouwing, overdenking. En dat is helder, maar te beknopt, wanneer een cliënt vraagt wat reflectie nu zo essentieel en onmisbaar maakt in een coachingstraject.

Reflectie is een manier van observeren. Door na te denken over je eigen gedrag verwerf je inzicht in je eigen handelen, de gevoelens die bij je spelen en de gevolgen van jouw gedrag voor anderen. Als het goed is, leidt reflectie tot een groter bewustzijn. Tot een groter inzicht in de situatie. En dat schept mogelijkheden. Het creëert kansen op het gebied van verandering, want alleen door op een objectieve manier, met enige afstand, te kijken naar jouw eigen werkelijkheid, kun je wellicht volgende keer voor een andere aanpak kiezen. In die zin is reflectie dus een weg naar bewust en bekwaam handelen.

Om dat te bereiken zijn er verschillende technieken. Zo is het belangrijk jezelf vragen te stellen. Hierbij begin je met open vragen, waarna je verder door gaat op de onderliggende redenen van je gedrag. Vaak lijkt het mak-

kelijker de focus buiten jezelf te leggen door de ander te bekritisieren, maar het uitgangspunt bij zelfreflectie is dat jij alleen echt in staat bent inzicht te verwerven in jouw eigen drijfveren. En met dat inzicht heb je dan vervolgens een belangrijk instrument in handen om de situatie de volgende keer niet te laten escaleren. Dat is veel effectiever dan het focussen op de drijfveren van een ander, waar jij – anders dan je misschien hoopte – slechts in zeer beperkte mate invloed op kunt uitoefenen.

De situaties die tot reflectie leiden zijn vaak geen prettige ervaringen op het moment zelf. Van nature hebben we de neiging om van die situaties weg te lopen, omdat we als mens nu eenmaal streven naar positieve impulsen.

Echter, in het licht van reflectie worden deze momenten nu juist betekenisvolle gebeurtenissen genoemd. En daar ligt veel in verscholen. Het zijn momenten dus om te verwelkomen, hoe moeilijk soms ook. Het zijn de momenten waarop vragen als wat, waarom en hoe uiterst bruikbaar zijn. Daar worden stappen gezet in de richting van bewustwording. Daar ligt een schat aan informatie op de zoektocht naar jezelf.



door Kees Pannevis

En dat klinkt aannemelijk, maar laat het doordringen. Voel het. Tijdens de onenigheid met je collega, na een plotseling ontslag of gedurende een moeilijke periode in je persoonlijke leven. Herinner je de betekenis van die momenten en, reflecteer.

(feliciteit)

Jan Willem Pajens

Na de afgelopen 15 jaar in Thailand gewerkt te hebben, maar daar plotsklaps zonder baan te zitten, was het zinvol weer eens een half jaar in Nederland te zijn, en een loopbaantraject bij Van Ede te volgen. Het resulteerde voor mij in de bewustwording dat 1) mijn hart nog in Azië ligt en 2) dat mijn passie het opzetten en runnen van een eigen project of bedrijf(je) is. De precieze invulling daarvan moet nog volgen. Ik denk nu onder meer aan Fair Trade, mooie, unieke producten uit Azië naar Nederland te halen en de kleine lokale producenten daarvoor een "eertijke" prijs te geven. Ik vertrek in maart weer naar Thailand en ik zie uit naar mijn nieuwe avonturen.



WORKSHOPS

DONDERDAG 29 mei
"Latifa Coaching"
Museum Boijmans van Beuningen
Opdrachtgevers

WOENSDAG 15 oktober
"Luister ik naar de ander"
Oud Cliënten - 17.00 uur

WOENSDAG 26 november
Opdrachtgevers/relaties

DONDERDAG 18 december
Kerstborrel

"LUISTER IK NAAR DE ANDER"

*Over de workshop van 5 maart
"Luister ik naar de ander"*

Grote opkomst, doordat we veel oud-cliënten hebben moeten te-leurstellen wordt de workshop op 15 oktober nogmaals gehouden. Er werden twee rollenspelen door een acteur gespeeld met als doel te illustreren hoe ingewikkeld "goed luisteren" is...

Verder ging men in groepjes een kort dialoog aan en kreeg men punten aangereikt die helpen bij het goed luisteren.

LATIFA COACHING

Donderdag 29 mei 2008 11.00 – 17.00 uur
Museum Boijmans van Beuningen Rotterdam

Een dag ter ere van uw persoonlijke en professionele ontwikkeling. Op inspirerende en onconventionele wijze gepresenteerd, zodat uzelf uw weg vindt en kunt stralen. Een dag die interessant is voor moedige bestuurders, managers en professionele uitvoerders, die zich van frisse input willen voorzien, in de mooie ambiance van Museum Boijmans van Beuningen.

Ieder mens wordt tegenwoordig geacht aandacht te hebben voor de ontwikkeling van zichzelf en het potentieel dat in uzelf besloten ligt. Het managen van Talent begint bij uzelf. Van Ede & Partners is al ruim 30 jaar specialist op het gebied van coaching.

In deze workshop "Latifa Coaching" onderzoeken we de betekenis van talent, wat is eigenlijk mijn bijdrage en hoe moedig moet ik zijn om die bijdrage ook werkelijk te leveren? Hoe kan dit flow opleveren voor mijzelf en anderen? Om dit te onderzoeken gebruiken we de pulsarmethode.

De workshop zal worden gegeven onder leiding van: Kees Pannevis, personal coach in de pulsar-methode en Greet Lhermitte, kunsthistoricus en coach in beeldtanken.

(felicitatie)

Wim van Heemst

Wim van Heemst is per 1 februari begonnen aan een spannende nieuwe baan: Klustermanager van het Service Centrum Drechtsteden. Het is een nieuw op te bouwen intergemeentelijke organisatie, een baan met uitdagingen!

(felicitatie)

Cees van Geel

Na een zoektocht van 14 maanden heb ik mijn baan gevonden. Alle puzzelstukjes zijn uiteindelijk op zijn plaats gevallen. Wat wil ik? Waarom? Hoe verder? Wat wel, wat niet? Drie - Vier - / Vijf Daagse! Prima en nuttige sessies onder deskundige leiding.

Netwerken, thematisch netwerken. Ja, 't begon te lopen en focus aangebracht. Het heeft mij bij de baan gebracht die ik ambieer en in de branche waarin ik wil werken. Iedereen bedankt!

(felicitatie)

Iris Hoogendoorn

Dit is wat Van Ede mij minimaal heeft gebracht, voor de verfijning hierin dank ik in het bijzonder Lieke Krachten van verbinding, weerstanden en loslaten, de hemel, de aarde en het hart. Ik verbind me met mijn eigen kracht, en de weerstanden leer ik en kan het daardoor loslaten. Ik durf nu te reiken tot onkenbare hoogte, met beide voeten op de grond, door mijn hart te ervaren zorg ik veel beter voor mijzelf.

(felicitatie)

Ruud Beek

Circa 2 jaar geleden na een Europees project van drie jaar creëerde ik zonder het zelf door te hebben mijn eigen exit. Het werk beviel me niet meer, ik maakte fouten, vond mijn baas minder briljant en vooral baas. Als klap op de vuurpijl liep ook mijn huwelijk op de klippen.

Voor de 1e keer in mijn leven werd ik op 59 jarige leeftijd werkloos. Samen met Ede & Partners (Michel Wysmans) en mijn vorige werkgever SBR gingen wij op zoek naar mijn bestemming.

Mijn missie is om nog zeker 10 jaar met plezier goed (\$) mijn brood te verdienen. In de trainingen bij Ede & Partners werden mijn competenties helder. Na de ondernemerstraining kreeg Beekbeheer bv vorm. Een intensieve acquisitie en 'a little help from my friends' zorgden voor werk. Nu 3 maanden verder, werk ik als freelancer voor vijf ingenieursbureaus en houd me bezig met bouwexpertise en geef in het kader van de energielabel cursussen en trainingen aan woningcorporaties.