

Fit For Thought – denkadvisering  
Bruggestraat 15  
2377 BC Oude Wetering

t.a.v. mevr. Margriet Taams

**Cadans Rijswijk**  
Beatrixlaan 16  
Postbus 557  
2280 AN Rijswijk  
Telefoon (070) 336 4050  
Fax (070) 336 40 00

Behandeld door  
Hans Olfers

Rijswijk : 18 juli 2001

Voor rechtstreekse benadering  
(070) 336 40 50

Uw kenmerk :

Ons kenmerk :

Betreft : Referentie training Fit for Thought

Beste Margriet,

Hierbij wil ik een korte referentie geven naar aanleiding van de FFT training.

Voor de training begon gaf ik in de intake aan dat ik mijn flair en zelfvertrouwen terug wilde hebben. Ik zat feitelijk in een aantal opeenvolgende fasen van tegenslagen en teruglopend gevoel voor eigenwaarde. Dat laatste kwam ten tijde van de training er ook duidelijk uit: jezelf kleiner maken, overdreven bescheiden zijn, jezelf wegcijferen, etc.

Aan het eind van de training zag ik mezelf terug: ik durfde IK weer met hoofdletters te zien en te “zijn” als dat ook zo was. Kortom, bescheidenheid siert een mens, maar niemand heeft er wat aan als je je niet meer trots mag voelen en fier vooruit mag kijken.

Dat “mag” in de vorige zin heb je echter wel zelf in de hand. De training is allerminst een handigheidje of trucje dat je leert om je weer te voelen zoals je je moet voelen (= goed!). Ik ben daar in het begin de training nog teveel van uit gegaan; alsof ik de training slechts als passant volgde. Zo van: anderen laten mij weer beter voelen, geven me mijn eigenwaarde terug...”. Dat is dus niet zo.

De trainingsgroep maakte keihard duidelijk dat ik het zelf moest doen. Misschien is dat een krachtiger en sterker resultaat dan me weer de oude voelen.

Ik heb na de training een flinke opleving doorgemaakt, ik ben duidelijk geweest in wat ik kies en wil en ook wat ik niet wil. Toen het onlangs ook zakelijk gezien weer wat minder ging, kon ik mezelf toch “gewoon” goed neerzetten en een deal sluiten waar ik prima tevreden mee ben. En *mijn* tevredenheid telt!

De training laat me de zaken weer zien zoals ze echt zijn en vooral: zoals ik ben.

Het levert geen garanties voor een glansrijke en succesvolle toekomst, maar wel een hele heldere en eentje waar ik de regie voer.

Met groet,

Hans Olfers