

Casteren, 11 maart 2001

Beste Margriet,

Op deze wijze wil ik graag mijn erkentelijkheid nog eens uitdrukken voor hetgeen de training "Werken zonder stress" bij mij bewerkstelligd heeft. Door de opzet en de begeleiding "dwingt" de training "Werken zonder stress" je er toe om serieus en fundamenteel na te denken over wat je beweegt, wat sterke kanten en zwakke kanten lijken én zijn. Het is mijn overtuiging dat daar het eerste gevechtsterrein ligt naar een betere stressbeheersing en een grotere persoonlijke effectiviteit.

Zowel het instrument van de feedback van de omgeving gekoppeld aan de zelfevaluatie, alsook de concrete aanzetten tot verandering van gedrag naar meer persoonlijke effectiviteit (Roos van Leary) hebben grote waarde voor mij persoonlijk maar ook voor mijn gedrag als begeleider, coach.

In de training "Werken zonder stress" is sprake van een zeer goede balans tussen kennis en toepassing, m.a.w. je komt er niet onderuit om jezelf kritisch te beschouwen. Daarnaast geeft de bloksgewijze opzet met de tussenblokse opdrachten stimulans tot het experimenteren met en oefenen van "beter" gedrag. Voor mij was de training "Werken zonder stress" dan ook uiterst effectvol. En dat heb ik in die mate nog niet meegemaakt.

Nogmaals bedankt voor alles (en dat geldt natuurlijk ook voor Ria) en tot ons volgende contact.

Met vriendelijke groet,

Nars Jonkman