

Fit For Thought - denkadviesing
Margriet Taams
Bruggestraat 15
2377 BC Oude Wetering

Rockanje, 15 januari 2008

Beste Margriet,

Na onze eerste kennismaking heb ik niet kunnen bevroeden dat jij zo een belangrijke verandering voor mij zou betekenen. De kennismaking stond in relatie tot het project U-SMF, waar jij als projectleider Organisatie- en Gebruikersontwikkeling en ik als opleidingskundige in 2007 intensief met elkaar hebben samengewerkt. Jij leerde mij kennen en gaf mij terug dat de training "Werken zonder Stress" iets voor mij zou zijn. Ik dacht: "Stress? IK, dat valt toch wel mee?".

Ik werk fulltime en heb vier kinderen. Ik heb regelmatig last gehad (kan ik nu zeggen) van stevige hoofdpijn. Ik heb mijzelf willen erkennen dat stress voor mij toch ook aanwezig was. Door de training ben ik mij nu meer dan ooit bewust welke rol ikzelf speel in alles wat er om mij heen en met mij gebeurt. Ik neem nu meer tijd voor mijzelf. Ga bewuster met mijn keuze mogelijkheden om en zeg NEE als ik iets NIET wil. Ik blijf nu dicht bij mijzelf en geef aan mijn omgeving aan dat ik mijzelf wil zijn en blijven!

Ik heb genoten van deze training. Het heeft in de eerste plaats voor mijzelf veel teweeggebracht in positieve zin. Ik heb nu instrumenten om mij zelf optimaal in te zetten en mij goed te voelen. In de tweede plaats heeft het effect op mijn werk. Ik ben nu de kapitein en word niet langer geleeft door mijn werk. In de derde plaats heeft het een enorm effect op mijn gezin. Ik zie nu pas in door deze training wat mijn inbreng voor gevolgen kan hebben en hoe je dit kan sturen en dus veranderen.

Heel veel dank voor alles Margriet. Jij en de training zijn om nooit te vergeten en ik kan het een ieder van harte aanbevelen.

Met enthousiaste en warme groeten,

Coby Piket
Opleidingskundige

