

Fit For Thought  
t.a.v. Margriet Taams  
Bruggestraat 15  
2377 BC Oude Wetering

De Haagse Hogeschool  
[REDACTED]  
Johanna Westerdijkplein 75  
2521 EN Den Haag

Den Haag, 10 januari 2009

Beste Margriet,

In februari 2008 hebben wij elkaar voor het eerst ontmoet. De reden van de ontmoeting was een kennismaking met een persoonlijke coach. Het doel van het persoonlijke coachen was om mij te ondersteunen in het ontwikkelen van mijzelf. Op dat moment voor mij een totaal onbekend gebied. Voor mij was het nog onbekend wat ik aan mijzelf zo willen en kunnen ontwikkelen.

Na een aantal prettige en intensieve gesprekken gaf jij aan dat de training "Werken Zonder Stress" voor mij effectiever zou zijn dan de persoonlijke coaching voor het bereiken van mijn doel. Na enig twijfelen heb ik daarvoor gekozen.

In de voorbereiding voor de training werd ik mijzelf steeds bewuster van mijn persoonlijke ontwikkeldoelen. Deze bewustwording kwam deels door de resultaten van de voorbereidende opdrachten en hulpmiddelen maar ook zeker door jouw ondersteuning tijdens deze periode. Het als "technaut" omgaan met mijn persoonlijke psychosociale aspecten was voor mij een compleet nieuwe ervaring. Zonder jouw ondersteuning in de vorm van kennis en enthousiasme was ik nooit zover gekomen.

In september 2008 ben ik –nog steeds met enige gereserveerdheid - begonnen aan het eerste blok van de training. Direct op de eerste dag was mijn gereserveerdheid verdwenen. Het verdwijnen van mijn gereserveerdheid kwam door de samenstelling van de groep maar ook het programma van de training "Werken Zonder Stress". Door mijn deelname werd ik mij steeds bewuster van de samenhang tussen mijn persoonlijke ontwikkeldoelstellingen en hoe ik deze kan realiseren met behulp van de training.

Ik heb de hele training als zeer prettig en heel leerzaam ervaren. Tussen de verschillende blokken door keek ik met verlangen uit naar het volgende blok. Tijdens de bijeenkomsten was ik regelmatig verbaasd dat de behandelde theorie heel leerzaam en toepasbaar is. Ook hielpen de bijeenkomsten mij om meer van mijzelf te leren en daardoor mijn persoonlijke leerdoelen steeds scherper te krijgen. En dat allemaal in een open en ontspannen omgeving.

Ik heb in het afgelopen jaar heel veel geleerd. Ik heb heel veel over mijzelf geleerd. Ik heb ook geleerd hoe ik mijzelf verder kan ontwikkelen. Ik ben op veel gebieden van onbewust en onbekwaam naar bewust en bekwaam gegroeid. Ik ben regelmatig bezig om mijzelf verder te ontwikkelen. Dankzij de training sta ik weer stevig met twee benen op de grond en maak ik keuzes vanuit wat ik belangrijk vind. Ik ben bewuster van mijn omgeving en kan daar beter mee omgaan.

Zowel op het werk als thuis heb ik daar dagelijks profijt van.

Mijn dank aan jou, Anke en alle medecursisten voor alle hulp bij het behalen van mijn resultaten.

Ik hoop dat je nog veel anderen in de toekomst hetzelfde kan bieden.

Met vriendelijke groet,