



# BASISSCHOOL 'DE BREMBOCHT'

De Messenmaker 10

5506 CG Veldhoven

tel: 040-2536489

fax: 040-2300681

e-mail: r.roest@brembocht.nl

Dommelen, 21 januari 2006

FFT t.a.v. Margriet Taams  
Bruggestraat 15  
2377 BC Oude Wetering

Beste Margriet,

Voor jou deze opkikker!

Vanaf april 2005 heb ik vanwege overwerktheid gedeeltelijk afstand genomen van mijn werk. Tegelijkertijd werd jouw training, "Werken zonder stress" van FFT, door mijn werkgever aan alle directeuren van de Stichting Veldvest aangeboden; ik ben daar toen niet op ingegaan. In juli ben ik door mijn werkgever benaderd of ik nog interesse had om deel te nemen aan deze training. Op dat moment had ik hieraan geen behoefte. Ik had het druk genoeg met mezelf. Nadien heb je me persoonlijk benaderd. Het lukte jou me uit te nodigen voor een gesprek. De wijze waarop dit gebeurde was zeer innemend: Ik ging overstag.

Vanaf dat moment zijn 'de dingen' beetje bij beetje anders gaan lopen. In augustus heb ik mijn werk volledig hervat. Ik heb me gestort op twee dikke mappen met volop leeswerk en thuisopdrachten. Ik vond het interessant en herkenbaar en ik bemerkte ook de voordelen van frequent toepassen en herhalen. Ik voelde een gedrevenheid om uit mijn crisis te komen: volop handvatten en een terugkerende training met reflectie. Ook hier ben ik mezelf tegengekomen: het kennen van de theorie is geen vrijbrief voor een goede praktijk! De training was op bepaalde momenten zeer confronterend. Momenten van emotie, verongelijkheid, boosheid en herkenning. Bewonderingswaardig vond ik jouw standvastigheid, souplesse en empathie. Ik heb je warme persoonlijke reactie na blok 3 erg op prijs gesteld.

Thuis staat het nodige weer op de rail en ook op mijn werk loopt het weer. Ik voel dat 'ik klim'. Mijn leerpunten zijn verhelderd, daar kan ik volop mee aan de slag. Ik probeer hiervan een nieuwe uitdaging te maken: investeren in een goed gesprek!

Ik heb meer innerlijke rust, reflecteer meer, kan weer genieten, heb weer veerkracht en zoek naar meer diepgang. Daarnaast hanteer ik al enige maanden een gezonder en bewuster leefpatroon. Dat voelt goed!

Al met al. Ik voel me gesterkt en ik wil jou en Rudy hiervoor ontzettend bedanken.  
Ik wens je al het goeds toe.

Met vriendelijke groet.

A handwritten signature in blue ink, consisting of a large, loopy initial 'R' followed by a series of overlapping horizontal and vertical strokes.

Ron Roest.

Directeur basisschool De Brembocht  
De Messenmaker 10  
5505 CG Veldhoven  
040-2536489