



## 'Meer Succes, Minder Stress'

### Testimonium Marco Wieberdink, manager Back Office

27 juni 2019

Voordat ik met 'Meer Succes, Minder Stress' begon was ik onzeker over mezelf en mijn kwaliteiten. Dit is in de loop van het jaar veranderd. Ik beseft nu dat ik een hoop bijdraag in het privéleven of werk van anderen. Dat ik mezelf niet hoeft te verstoppen en mezelf kan zijn bij anderen. Ik ben nu zeker van mezelf en mijn kwaliteiten!

Mijn zwakke punten heb ik geleerd te benoemen en er een kracht van te maken.

Ik kon slecht delegeren, ik dacht: ik kan het beter zelf doen, dan gebeurt het in ieder geval goed! Dit is niet werkbaar in de praktijk. Het kost veel te veel tijd en medewerkers voelen zich niet gewaardeerd. Bovendien is alles zelf willen doen erg stressvol.

Een jaar geleden dacht ik nog dat je aardig gevonden MOEST worden om samen te kunnen werken, ik wilde dat iedereen me aardig zou vinden. Ik beseft nu dat ik niet iedereen aardig vind en niet iedereen vindt mij aardig, toch kunnen we dan alsnog prima samen werken. Dit weten is echt pure winst, ik hoef me niet in allerlei rare bochten te wringen zodat mensen me aardig vinden (terwijl ik hen ook niet echt aardig vind) dit maakt het leven een stuk makkelijker.

Ik heb geleerd assertief te zijn, mijn eigen belang is minstens net zo belangrijk als dat van een ander. Door dit te beseffen en er nu naar te handelen (voor mezelf en voor mijn bedrijf op te komen) maakt discussiëren een stuk leuker. Ik geef nu regelmatig aan wanneer ik het ergens niet mee eens ben en hoe ik het zie of hoe ik het zou doen. Vaak krijg ik gelijk, dit scheelt een hoop werk en dus ook tijd.

Dit programma heeft er voor gezorgd dat ik nu met veel plezier aan het sporten ben. Elke week 2 uur volleyballen en vaak nog een keer fietsen, wandelen of hardlopen in de week.

Ik vind het heel bijzonder hoe Margriet iedereen helpt op zijn eigen manier en eigen tempo, zonder "haar manier" op te dringen. Ze heeft er voor gezorgd dat ik mezelf kon ontwikkelen tot de betere IK! Voor iedereen die twijfelt om dit programma te volgen: ga het gesprek eens aan met Margriet, dan ontdek je snel genoeg dat je dit zelf wilt volgen.