

Het bleef knagen: wat wil ik nou écht?



Wout Duivis wandelde met onze wandelcoach Tineke Franssen. Lees zijn ervaringen met het wandelcoachprogramma [Ontdek je talent](#) en wie je bent.

Wout: 'Na mijn overstap naar een nieuwe functie dacht ik: dit is best leuk voor nu, maar na verschillende coachtrajecten ben ik er nog steeds niet uit wat ik nou écht wil. Ik wilde arts worden. Dat lukte niet omdat ik een paar keer ben uitgeloot voor Geneeskunde. Ik zocht alternatieven maar ik had geen beeld van wat ik werkelijk leuk vond. Uiteindelijk hakte ik een knoop door, ik ging werken bij de overheid in een mooie startersfunctie.

Bij zijn collega's bij de NZa was het wandelcoachen hartstikke populair. Ze hadden het door het wandelen veel makkelijker gevonden om zich open te stellen en geïnspireerd te raken. Dat wilde Wout ook graag. 'Het leek me interessant om te kijken wat wandelen in de natuur toevoegt. Zou het mij nieuwe inzichten opleveren?'

Wout begon na zijn studie Communicatie Wetenschappen direct bij de Nederlandse Zorgautoriteit. 'Eerst bij ons contactcentrum, en van daaruit groeide ik door naar Toezicht en Handhaving waar ik fraudeonderzoek doe, ik ben signaalanalist. Ik heb het naar mijn zin.'

Wout is een natuurmens. 'Ik woonde met mijn ouders vlakbij het strand en ik hield van lange strandwandelingen. Ik houd sowieso van actieve dingen doen, het liefste iets met water, kitesurfen bijvoorbeeld. Een tevreden man dus. Maar ergens knaagt het: 'wat wil ik nou echt?'

Bewust ontwikkelen

'Mijn vraag aan wandelcoach Tineke Franssen van Het Coach Bureau was hoe ik me goed kan oriënteren op wat ik wil en hoe ik me bewust ontwikkel in mijn carrière. En hoe ik de hindernissen, die me in mijn privéleven ook parten spelen, soms voel ik me onzeker over mijn kunnen, kon nemen. In een telefonisch gesprek spraken we mijn wensen voor het wandelcoachtraject af. Ik had er zin in.'



De diepte in

'De eerste wandeling gingen we al heel snel de diepte in. Bij elke aanname die ik had stelde Tineke kritische vragen. Ik was gefocust op wat er allemaal niet meer kon, bijvoorbeeld dat ik geen Geneeskunde heb kunnen studeren en dus nooit huisarts zal zijn. 'Is dat zo?', vroeg Tineke dan. 'Kun je dat honderd procent niet meer doen of zijn er aspecten aan het werk van een huisarts die je kunt vinden in de loopbaan die je nu bent gestart?' De vragen waren soms best confronterend, maar het leverde me meteen die eerste wandeling belangrijke inzichten op. Dat vond ik zo goed!'

Cirkels van contact

'Tineke tekende op een gegeven moment een aantal cirkels in het zand. In die cirkels plaatste ik de relaties in mijn leven. Dus de relatie met mijn ouders, mijn zus, met collega's, mijn vrienden. Welke plaats nemen zij eigenlijk in? Waarom stonden mijn collega's in dezelfde cirkel als vrienden? En bepaalde mensen bleken in de praktijk veel te ver weg te staan, terwijl ik hen veel liever in de binnencirkel, dichtbij wilde hebben. Dat kwam echt even binnen.

Met bepaalde familieleden ben ik toen meer contact gaan zoeken en ik kan nu al zeggen dat het grootste deel van de mensen die ik meer dichtbij wilde hebben ook daadwerkelijk een actievere rol zijn gaan spelen in mijn leven. Het is heel fijn om die bewuste keuzes te maken. En dat allemaal met de cirkel in mijn achterhoofd!'



Buiten zijn

'Het mooie van buiten zijn is dat je echt bezig bent met dáár zijn. Voor de rest sluit je je even af, waardoor je helemaal de tijd voor jezelf hebt. Dat is voor mij echt een toevoeging geweest, ik heb de natuur leren inzetten. Dingen die je opvallen, bepaalde vogelgeluiden, de wind die door de bomen gaat, dat helpt me goed om uit mijn hoofd te komen. Dat doe ik nu nog steeds. Het wandelen helpt dan ook enorm. En wat ook hielp waren de verrassende vragen die Tineke stelde bij bepaalde gedachten over de te nemen stappen. Daardoor ging ik denken in mogelijkheden. Dat was nieuw. Ik heb al een goed beeld van mijn valkuilen, maar nu ook vooral ook van mijn talenten en mogelijkheden.

Wat Tineke heel goed kan is de juiste vragen stellen, alles concretiseren. Kijk, ik wéét wel dat ik goed kan samenwerken, maar dat is op zich best vaag. Wat doe ik dan? Welke talenten komen daar dan bij kijken? Welke capaciteiten kan ik in mijn verdere carrière gebruiken? Ik heb er nu woorden voor, zoals heel natuurlijk de rol op mij nemen als verbinder. En een mogelijk coachende rol in de toekomst, waarin ik mijn empathische vermogen kan inzetten om anderen ook het beste uit zichzelf te laten halen. In wezen doe ik dat al van nature, weet ik nu.'

Onderzoek

'Wat ik heel mooi vind is dat ik met Tineke op zoek ging naar waar ik elementen van het beroep van huisarts kan terugvinden in andere functies. Natuurlijk niet de geneeskundige kant, het ging in mijn geval vooral over de interacties met mensen. Ik ben van plan om daar ook gesprekken over te voeren met bijvoorbeeld onze HR-afdeling. En er is daadwerkelijk een aantal functies binnen onze organisatie die mij voor de toekomst heel interessant lijken, waarin juist die aspecten heel mooi terugkomen.

De komende tijd loop ik mee met een directiesecretaris, een functie die door het wandelcoachtraject onder mijn aandacht is gekomen. Je bent als directiesecretaris bezig met verbinden; met allerlei andere directies, met medewerkers en je zit minder op de dossiers en het bureauonderzoek. Heel interessant!'

Zelfvertrouwen

'We sloten het [wandelcoachtraject](#) af met een kaart met een boodschap die ik aan mezelf schreef.' De kaart zal over een jaar bij Wout in de bus vallen als een reminder en een aanmoediging om door te gaan op de ingeslagen weg.

'Op mijn kaart heb ik gezet dat ik met een glimlach in de spiegel mag kijken en dat ik trots ben op hoe positief ik op dit moment in het leven sta. Zelfvertrouwen voelen was vaak best een lastige kwestie voor me. En daarmee ben ik een stap verder en dat is voor mij misschien wel het meest waardevolle. Ik heb dingen achter me gelaten, heb nieuwe perspectieven en voel me stevig. Top!'

© *Het Coach Bureau*