

# Feelwise focust...



*Birgit Vandermeulen heeft sinds 2008 haar coachpraktijk Feelwise. Vanuit haar HR-achtergrond, coachopleidingen en -ervaring geeft zij met veel passie & professionaliteit haar praktijk vorm. Het is haar missie om mensen te inspireren tot ontwikkeling en meer regie over werk en leven te geven.*

*aanvoelend | altijd in beweging | levenservaren | trotse mama | gek op woorden | energiegevend | tikkeltje filosofisch | lekker praktisch | positief | integer.*

De afgelopen 8 jaar heb ik heel veel verschillende cliënten in mijn praktijk mogen ontvangen en begeleiden. Jongens en meisjes die worstelen met de juiste studiekeuze. Moeders die het soms zo lastig vinden om een goede balans te vinden tussen hun werk en de zorg voor hun (jonge) kinderen. Veertigers die zich afvragen 'is dit het nou en haal ik wel alles uit mezelf?' Een vrouw van 68 jaar die zichzelf steeds weer tegenkomt in de relatie met haar jongste dochter en dat contact wil verbeteren. Een grote diversiteit aan mensen en vragen, waar mijn cliënten en ik samen met veel passie en vertrouwen aan werken.

Ook jonge (en meer gevorderde) vaders vinden hun weg naar mijn praktijk. Werkende gezinsmannen van een jaar of dertig, veertig in hun tweede of derde baan. In de loop der werkjaren hebben ze de rust en het vertrouwen ontwikkeld om hun vak goed uit te oefenen. Ze hebben salaris opgebouwd waarmee een fijn huis is gekocht of wordt gehuurd. Met hetzelfde salaris onderhouden ze het gezin, al dan niet samen met het inkomen van hun wederheft.

Hoewel ze het in materiële zin goed voor elkaar hebben, het op het werk goed loopt, en het gezin weliswaar druk en tegelijkertijd (voor zover mogelijk ;-)) in control is, wakkert er in hen een waakvlammetje. Om dit vlammetje dansen vragen als: 'Hoe zit het met mijn ambitie? Moet ik me niet weer eens gaan ontwikkelen?' Of: 'Mijn leven voelt ergens als een flatliner. Ik beheers het trucje, de kinderen worden groter dus ik krijg weer meer tijd voor mezelf. Moet ik dit dan tot mijn 67e blijven doen?'

Bij nader doorvragen blijkt dat deze mannen boordevol plannen zitten. De ene cliënt heeft een lumineus idee om een eigen business op te zetten; een idee waar ik als consument wild enthousiast van word. De andere cliënt wil het werk dat hij nu doet het liefst als zelfstandige uitvoeren, want dan krijgt hij bergen vrijheid en heeft hij nooit meer met zijn weinig energiegevende

directeur te maken. En zo zijn er zoveel meer dromen en ambities die in mijn praktijkruimte worden uitgesproken.

Wat me opvalt is dat het voor deze mannen lastig is om daadwerkelijk een concrete loopbaantrap te zetten, ondanks alle ideeën die er in hen borrelen. Dat ze zich verantwoordelijk voelen voor het gezinsinkomen, ook als hun partner werkt. 'Als ik van werk verander, kan ik mijn gezin dan nog wel genoeg (eten) geven?' De groei en het welzijn van hun kroost staat op zo'n manier centraal, dat het hun eigen groei belemmert. En dus wordt er vaak gekozen voor de weg van 'blijf zitten waar je zit en verroer je niet!'

Als coach (en als mens) snap ik het gevoel van gezinsverantwoordelijkheid zo goed. En tegelijkertijd... als de man eeuwen geleden niet steeds opnieuw al zijn inventiviteit had benut, was er nooit vlees op het vuur gekomen!

Mijn oproep aan alle mannen die van binnen een (stiekem) loopbaanvlammetje voelen wakkeren en er, vanwege de verantwoordelijkheid voor hun gezin, tot nu toe niets mee hebben gedaan: omarm en nuanceer deze verantwoordelijkheid. Realiseer je dat je dierbaren blij worden van de energie die jij hebt als je je passie in je werk kwijt kunt. Ga op zoek naar dat wat je energie geeft en waar je blij van wordt. Geef jezelf minimaal één keer per week de mogelijkheid om 1% nieuwsgieriger te zijn dan je verantwoordelijkheid te voelen; ga een netwerkgesprek aan bij dat ene leuke bedrijf waar je altijd al hebt willen werken. Verdiep je in die ene functie die je van jongs af aan al wilde doen (en waar het nog steeds niet van gekomen is). Praat met je leidinggevende over welke nog onbenutte talenten hij of zij in jou ziet. Vraag vrienden wat zij als jouw kwaliteiten zien. Ik weet zeker dat het heerlijk is om die huiselijke grot uit te lopen om je loopbaanmogelijkheden vrij te verkennen, en weer bij je gezin thuis te komen met een nieuwe uitdaging waar je als een tiener zo blij van wordt!