



### **Waarom heb je voor coaching gekozen? Wat was de aanleiding?**

Henk: Ik werk al meer dan twaalf jaar voor SoftBrick. Ik heb het mee opgebouwd en doordat ik ons product en onze markt zo goed ken, ben ik heel breed inzetbaar. Dit begon me echter steeds meer tegen te staan. Ik merkte dat ik in een sleur terecht was gekomen, dat ik veelal dingen deed die veel beter door anderen gedaan zouden kunnen worden. Ik kreeg daardoor steeds meer het gevoel dat ik niet meer op mijn plaats zat en dat begon te knagen.

### **Hoe ben je bij Eric terecht gekomen?**

Henk: Ik had eerder een keer informeel met Eric gesproken en ik vond dit gesprek toen al "typisch". Ik merkte dat Eric oprecht in mij geïnteresseerd was en vanuit mijn belang dacht. Daarom heb ik hem benaderd. Na een oriënterend gesprek, was voor mij helder waaraan ik echt wilde werken en ik concludeerde ook dat Eric de persoon is, die me daarbij kon helpen.

### **En waaraan wilde je dan werken? Wat was je coachvraag?**

Henk: Dat was voor mijzelf in het begin ook niet helemaal duidelijk. In het intakegesprek wist Eric mij zodanig te "bevragen" dat het voor mij helder werd: Ik wilde weten van welke dingen op het werk ik (weer) energie krijg. Ik wilde uit de sleur en weer het plezier krijgen in het werk. Waar ik me ook bewust van werd, was dat ik me regelmatig onzeker voelde en zo ook gedroeg. Daar wilde ik ook vanaf, want daar had ik ongemerkt veel last van. Ik had dus twee duidelijke coachvragen, die Eric ook goed verwoordde in het coachplan.

### **Hoe heb je de coachgesprekken ervaren?**

Henk: Toen ik eenmaal besloten had om het coachtraject in te gaan, wilde ik zo snel mogelijk aan de slag. Ik wist echter niet precies wat me te wachten stond. Wat me vooral opviel in alle gesprekken, was dat Eric zichtbaar op zoek was naar wat er zich in mijn hoofd afspeelde. Hij stelde steeds weer een andere vraag die me aan het denken zette, maar waardoor ik me ook bewust werd van hoe ik in bepaalde situaties denk en reageer. Ik merkte dat ik zelf de richting van het gesprek kon blijven bepalen en dat Eric mij daarin "begeleidde". Dat voelde prettig want ik had hierdoor voortdurend het gevoel dat ik zelf mijn eigen antwoorden wist te vinden!

### **En wat heeft het coachtraject je gebracht?**

Henk: We zijn eerst gaan werken aan mijn onzekerheid. Ik moet zeggen dat ik na het eerste gesprek al anders in bepaalde situaties ging staan. Zowel op het werk als in mijn privé omgeving, durfde ik stelliger te reageren in bepaalde situaties. Ik ontdekte hoe mijn eigen niet-terechte gedachten me altijd in de greep hielden, me eigenlijk tegen hielden om zekerheid uit te stralen. Bij aanvang van het traject gaf ik mezelf een 4 ten aanzien van mijn zelfverzekerdheid en na drie gesprekken gaf ik mezelf al een dikke 8, zonder twijfels. In het werk helpt het me nog steeds bijna dagelijks, doordat ik veel effectiever ben in wat ik doe. Lastige zaken houden me niet meer onnodig bezig en de dingen die ik doe, hebben veel meer effect, waardoor ik concreet tijd bespaar.

Ten aanzien van het hervinden van energie in het werk, hebben we wat andere wegen bewandeld. Soms bracht Eric mij terug naar mijn verleden om helder te krijgen waar mijn drijfveren liggen. Mede hierdoor weet ik nu welke elementen in mijn werk mij motiveren, maar ook heel goed welke zaken ik niet graag doe. Ik weet nu bijvoorbeeld ook dat zelfstandigheid en "iets nieuws uitzoeken" belangrijke drijfveren zijn. Ik ben blij met wat ik nu van mezelf geleerd heb. Er is sinds kort een nieuwe directie bij SoftBrick en ik zit binnenkort met hen aan tafel over mijn functie. Ik weet nu precies wat ik wil en vooral hoe ik het beste/meeste uit mijzelf haal en daarbij is volgens mij het bedrijf ook gebaad. Ik zie nu vooral kansen!