

Ondernemers gaan door, daar waar de meeste mensen stoppen!

(Weer) veerkrachtig kunnen functioneren. Dat is het gewenste doel van een coachingstraject bij Janke Wesseling van Amonett. Dit is een bureau voor coaching, training en advies, voor particulieren en organisaties. "Het uitgangspunt is dat iedere persoon of organisatie zijn eigen route heeft, vanuit de kwaliteiten die er al zijn. Door bewustwording wordt de eigen kracht van mensen en organisaties zichtbaar in de persoonlijke en professionele ontwikkeling, waardoor het potentieel wordt versterkt", vertelt Janke.



"Als coach werk ik dagelijks met ondernemers, directieleden, leidinggevenden in mijn coachpraktijk. Mensen met een 'spin-in-het-webfunctie'. Deze groep heeft een overeenkomst: doorgaan waar anderen stoppen. Dit maakt ze dan ook tot gedreven en succesvolle professionals die, als het even niet lekker loopt, in staat zijn om er extra voor te gaan en zo weer richting krijgen en resultaat behalen. Oplossingsgericht zowel in bedrijfsmatige aanpak alsook voor de medewerkers en het thuisfront. Deze gedrevenheid en vasthoudendheid is een sterke eigenschap, maar kent ook een keerzijde oftewel een valkuil: eigen gevoelens en belangen opzij zetten. Bij te veel van de kwaliteit loop je het risico te lang door te gaan en jezelf op de laatste plaats te zetten; soms zelfs de rust niet meer kunnen vinden als je wilt ontspannen. Of dat je snel irritatie voelt en/of snel boos reageert. De signalen zijn slecht slapen, concentratieverlies, minder focus, vergeetachtig, conflicten, overmatig eten, roken en drinken, geen rust kunnen vinden." In haar praktijk heeft Janke veel ondernemers die ze drie keer per jaar spreekt. "Een soort APK, zei eens een klant. Even stilstaan, stressbewust worden, wie ben jij in de omgeving waar iedereen iets van je wil/moet. Wat wil je en hoe houd je balans."

"Ik praat nooit over mijn klanten, maar met toestemming mag ik dit voorbeeld noemen. Een directeur van een grote onderneming, die al een aantal jaren voor coaching komt, kwam binnen en viel met de deur in huis: 'Ik ben er helemaal klaar mee! Ik stop ermee,

verkoop de boel en ga genieten!' Toen hij de deur uitging, zei hij: 'Je wist allang hè dat ik dat niet zou doen. Maar wat lucht het op om dat wat je voelt even uit te spreken. Want als ik het mijn compagnon zeg, houden ze me continu met wantrouwen in de gaten en als ik het mijn vrouw zeg, slaapt ze nooit meer. En ja, diep van binnen weet ik dat ik dit niet wil, maar het lucht wel enorm op en hierdoor heb ik weer meer power!' Ik weet nu dat elke persoon die een 'spin-in-het-webfunctie heeft, zichzelf moet gunnen om af en toe met een coach te reflecteren. Zo blijf je goed voor jezelf zorgen en indirect voor je bedrijfsvoering en thuisfront."

Relatiecoach

Aan deze materie verwant is haar werk als relatiecoach. Huwelijken en andere relatievormen kunnen immers flink lijden onder de druk die een eigen onderneming met zich meebrengt: "Het bedrijf gaat altijd voor en veel ondernemers hebben het gevoel dat ze op het privévlak te kort schieten. Dan is het mijn taak om juist die zakelijke kant en de privésfeer zo te verbinden, dat ze elkaar versterken. Dat doe ik op een persoonlijke manier, afgestemd op de situatie. Effectief en zeker ook met veel humor. Maar altijd met het oog gericht op het 'hier en nu', dus niet nodeloos graven in het verleden. En de privacy van betrokkenen blijft te allen tijde gewaarborgd."

Benieuwd of coaching ook iets is voor jou? Neem gerust contact op voor vragen of het maken van een vrijblijvende afspraak.


Amonett

COACHING EN ADVIES

Janke Wesseling
☎ 06-57056524
✉ info@amonett.nl
🌐 www.amonett.nl