

## **“De beloning is groot, dat weet ik uit eigen ervaring”**

**Interview met Amanda Minkema van Courage Coaching & Communication in Leersum** door Ingeborg van Dam.

**Amanda Minkema (1953) heeft enkele jaren geleden het roer drastisch omgegooid. Vanuit de commerciële wereld en het communicatievak heeft ze gekozen voor mensontwikkeling en is sinds 2006 actief met het persoonlijk begeleiden van mensen naar zelfbeschikking oftewel coachen. In april 2009 heeft ze een coachpraktijk in Leersum geopend.**

### **Waarom coachen?**

Ik was al een tijdje ontevreden. Ik wilde meer. Ik kon mezelf niet meer in mijn werk als communicatie manager bij een grote overheidsorganisatie vinden. Ik had behoefte aan direct en betekenisvol contact met mensen die ik zou kunnen helpen bij hun eigen ontwikkeling. Inlevingsvermogen heb ik van nature en mensen vind ik interessant. Wat hen bezighoudt en wat hen beweegt. Daarbij wilde ik ook mezelf ontwikkelen. Ik had het gevoel dat ik nog veel kon leren over wat een mens beweegt en over mezelf. Met een coachopleiding heb ik twee vliegen in een klap geslagen.



*Amanda Minkema*

### **Wat wilde je vinden of heb je gevonden?**

Mezelf! Dat wist ik niet van tevoren, maar het is wel gebeurd. Tijdens de opleiding tot coach kijk je ook naar jezelf en daar kom je van alles tegen. Oud verdriet dat ver verstopt zit en allerlei conditioneringen die me belemmerd hebben om mijn authentieke zelf te zijn. Dat was een ingrijpende en geweldige ervaring. Daarbij wil ik niet zeggen dat ik er nu helemaal ben, want ik blijf leren, elke dag weer. Ik leer ook veel van mijn klanten.

### **Hoezo leer jij van je klanten, ze komen toch juist naar jou omdat ze problemen hebben en van jou willen leren?**

Mijn klanten leren voornamelijk van zichzelf omdat ze door onze gesprekken en door hard met zichzelf aan de slag te gaan in contact komen met hun diepste zelf, die hen uiteindelijk de weg wijst. Ik leer van mijn klanten omdat ze me vaak een spiegel voorhouden. Vanuit het leerproces van mijn klanten wordt mijn leerproces gevoed en onderhouden. Dat ervaar ik als een extra bonus in mijn werk.

### **Wat gebeurt er in zo'n leerproces van een klant van jou?**

Een klant komt bij mij met een probleem of problemen en samen kijken we waar deze vandaan komen. Gaan we samen naar wat er nou precies gebeurt met hem of haar in deze specifieke of moeilijke situaties. Welke systemen of patronen er in beweging komen, wat dat doet met mijn klant en hoe zij of hij daar anders mee om zou willen gaan. Gaan we kijken waar nou de werkelijke behoefte ligt. Dat is niet altijd evident. Die werkelijke behoefte kan goed verstopt liggen. Dat is een heel proces van ontdekken over wie je bent en wat je wilt. Waar je werkelijke verlangen ligt. Op het moment dat de klant daar achter komt of dichtbij is, komt er een proces in gang dat niet meer te stoppen is. Hij of zij voelt dan een enorme ruimte ontstaan. Dan komt er energie vrij om de problemen op zijn of haar eigen manier aan te gaan en het leven te leven zoals deze dat vanuit zijn of haar authentieke zelf wil doen. Prachtig! Ik ben daar iedere keer weer diep door geraakt.

**Waarom zou ik met mijn problemen naar jou toe gaan en niet naar een ander?**

Ik denk dat ik iets bijzonders te bieden heb, namelijk mezelf. Mezelf als instrument om het beste van mijn klant naar boven te halen. Omdat ik een ervaringsdeskundige ben (ik weet wat het is en hoe het voelt om vast te zitten in jezelf) sta ik open voor mijn klant en geloof ik in het potentieel van mijn klant. Er is zo veel meer mogelijk dan dat je denkt, dat heb ik zelf ook ervaren. En dat alles in een veilige omgeving, waar de klant het durft en ook door mij daartoe wordt uitgedaagd om zichzelf te laten zien zoals hij of zij werkelijk is.

**Wat brengt mensen er toe om hulp te gaan zoeken?**

Als iemand problemen heeft en het leven niet meer zo leuk is, als je wordt geleefd, en je ziet de zon niet meer schijnen, komt er een moment dat je er klaar voor bent. Dan voel je dat je iets moet doen. Ik weet dat het moeilijk is om de stap naar begeleiding te zetten en dat het ook moeilijk is om er mee aan de slag te gaan. En .....er mee aan de slag te blijven. Opnieuw of nog verder in jezelf af te dalen om te ontdekken wat je belemmert, wie je nu echt bent en wat je nu werkelijk wilt.

Mijn slagzin is dan ook "Have the Courage of Your Desire", durf te zijn en te leven zoals je echt bent. Er is moed voor nodig om het gesprek met jezelf aan te gaan. De beloning is groot, dat weet ik uit eigen ervaring. Toen ik een bedrijfsnaam zocht, kwam ik snel op Courage Coaching & Communication. Het is ook die Courage, die moed, die ik zo bewonder in mijn klanten.

**Als ik me bij jou aanmeld, wat gebeurt er dan?**

Dan maken we een afspraak voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek en kijken we of het klikt tussen ons. Dat is heel belangrijk, zonder dat, kunnen we niet succesvol samenwerken. Jij vertelt in grote lijnen je verhaal. Ik vertel over hoe een coachtraject er uit ziet. Wat je kunt verwachten en wat ik van jou verwacht. Samen besluiten we dan of en hoe we verder gaan. Als het goed voelt en je hebt de moed om deze uitdaging op te pakken, kan jouw reis beginnen, de reis naar jezelf.