

Column Heleen

Evolutie of revolutie Heleen Jansen

Op een sportschool trainen sinds jaar en dag twee mannen van in de zestig, laat ik ze Jan en Piet noemen. Ze fitnessen er dagelijks lustig op los en laten vrijwel geen moment onbenut om in contact te treden met anderen in hun omgeving.



Dan volgt er een moment dat Jet haar intrede doet op de sportschool. Haar werkgever biedt deze mogelijkheid als extra faciliteit aan. Fanatiek sporter als ze is, grijpt Jet deze kans met beide handen aan. Ze vertrekt iedere dag tijdens de lunchpauze naar de sportschool om haar krachttraining op peil te houden.

Jet wordt door Jan en Piet opgemerkt en, net als ieder ander, benaderd voor een praatje. De interne representatie (NLP term voor wat er, hetzij bewust dan wel onbewust, in je omgaat nadat je je persoonlijke filters bent gepasseerd) van Jet op deze externe gebeurtenis is: "prima om even een praatje te maken, maar ik houd het kort; ik kom hier om te trainen en daar heb ik maximaal 45 minuten voor".

Maanden van vrijwel dagelijkse training verstrijken. Jet is vanuit haar privé leven inmiddels geruime tijd bezig met haar persoonlijke ontwikkeling. Gedurende die bewuste groei zijn er nieuwe inzichten in haarzelf en gedrag van anderen ontstaan. In haar huidige bewustwordingsproces ontdekt ze dat zij destijds eigenlijk geen behoefte had aan de benadering van Jan en Piet. Ze is onbewust in de rol van 'pleaser' geschoten vanuit een dieperliggende gedachte "iedereen praat met ze, wie ben ik om dat niet te doen, stel dat ze mij dan onaardig vinden". De grondslag voor deze gedachte is doorgaans verder terug te voeren naar een vroegere ervaring(en), echter die informatie ontbreekt mij in dit verband.

Terug naar Jet. Zij ervaart in het gedrag van Jan en Piet een grote behoefte aan aandacht. Eveneens realiseert ze zich dat zij niet verantwoordelijk is voor hun behoeftevervulling. Daar zijn Jan en Piet zelf verantwoordelijk voor, niet de omgeving. Jet besluit haar rol als 'pleaser' op te geven; ze bewijst zichzelf en de ander er geen dienst mee, omdat ze dan niet in oprechte verbinding is met zichzelf en dus ook niet met haar omgeving.

Vanaf dat moment begroet ze Jan en Piet alleen nog. Als reactie hierop gedragen ze zich 'klierig' tegenover Jet. Echter, dit heeft geen vat op haar, Jet staat in haar kracht. Voor zich ziet zij feitelijk twee kleine jongetjes (de kindsdelen van Jan en Piet) die hengelen naar aandacht. Niks mis mee. Sterker nog, ze is het heerschap dankbaar. Door hun handelwijze en haar eigen reactie daarop is zij haar bewustwordingsproces op dit vlak aangegaan; ze is verder geëvolueerd. Jan en Piet zitten nog in de revolutie (mijn omschrijving voor weerstand tegen je eigen evolutie). Jan en Piet, wie kent ze niet..... in hoeverre kennen ze zichzelf al?

Heleen Jansen (1965) is een inspirerende persoonlijkheid die daadkrachtig in het leven staat. Gedurende haar leven is zij zowel persoonlijk als professioneel gegroeid. Inzichten in haarzelf als persoon hebben Heleen verder gebracht in het leven. Zo is een stevige basis ontstaan van waaruit zij als personal coach daadwerkelijk mensen kan helpen ook hún leven op een positieve manier te veranderen. Professioneel en doelgericht, nuchter, puur, open en enthousiast kenmerken Heleen en haar werkwijze.

Heleen Personal Coaching
Heleen Jansen
M 06 46213064
E info@heleencoaching.nl
I www.heleencoaching.nl

