

Focussen op wat al goed gaat dankzij Anneke

Een ode aan Anneke Meijer, mijn mentor

Door: Martijn Nas



Als agile coach, NLP-trainer en LEGO® SERIOUS PLAY® facilitator, zet Martijn Nas graag zijn PEP (Passie, Energie en Persistentie) overal in. Hij volgde naast NLP-trainingen ook opleidingen in motiverende gespreksvoering en oplossingsgericht en provocatief coachen. Zijn credo: door in zoveel mogelijk verschillende keukens te kijken, leer je subtiele smaakverschillen in coaching kennen. Hij werkt onder andere samen met mede LSP-facilitator Sergio Hernández Ledward. www.martijnnas.com

In 2007 begon mijn persoonlijke en professionele reis in de wereld van NLP. Het was een frisse, regenachtige dag toen ik door de smalle straatjes van het oude centrum van Nijmegen liep, mijn jas stevig om me heen geslagen tegen de kou. Dit was niet zomaar een dag; het markeerde het begin van iets groots. Ik besloot om te investeren in mijn persoonlijke groei, in plaats van in een kantoor of een luxe auto. Het was een keuze die mijn leven voorgoed zou veranderen.

Mijn eerste ontmoeting met NLP vond plaats in de benedenstad van Nijmegen, bij het Instituut voor Eclectische Psychologie, het IEP. De opleiding was intensief en verrijkend. Na het succesvol afronden van mijn NLP-practitioner, vervolgde ik snel met mijn masteropleiding en begon als begeleider bij het IEP. Het was in deze fase dat ik Anneke Meijer ontmoette, mijn mentor en onuitputtelijke bron van inspiratie.

Vaas bloemen

Annekes eclectische benadering van training was een van de meest waardevolle aspecten van de opleiding voor mij. Elke trainer, inclusief Anneke, gaf zijn of haar unieke draai aan de lessen, wat mijn ervaring alleen maar verrijkte. Haar methoden en inzichten stimuleerden mijn nieuwsgierigheid en hielpen me om een dieper begrip van NLP te ontwikkelen. Een van de meest memorabele lessen die Anneke mij leerde, was het concept van de

'vaas bloemen'. Deze metafoor symboliseert het belang van diversiteit binnen een team of cliëntenkring; de variatie aan bloemen maakt het boeket immers mooi en waardevol. Deze les blijft me bij en vormt een leidraad in mijn huidige werk, waar ik de diversiteit van teams en cliënten koester en benut in mijn NLP-praktijk.

Kracht van intervisie

Een waardevol onderdeel van mijn persoonlijke ontwikkeling is altijd intervisie geweest: het leren van elkaar. Anneke benadrukte altijd de kracht van samenwerking en het uitdagen van elkaar. Tijdens alle trainingen die ik bij haar volgde, moedigde Anneke, samen met haar man Jaap, ons aan om met onze 'peers' aan het huiswerk te werken. Dit principe maakte me bewust van het verschil tussen kennis hebben en die ook daadwerkelijk kunnen toepassen.

Intervisie biedt een platform voor reflectie, feedback en samenwerking, wat leidt tot een dieper begrip van de eigen praktijken en de ontwikkeling van nieuwe vaardigheden. Het is wetenschappelijk bewezen dat intervisie niet alleen de kennis vergroot, maar ook het zelfvertrouwen en het potentieel van professionals versterkt. Voor NLP'ers biedt het de mogelijkheid om concepten als modelleren, submodaliteiten en overtuigingen samen te laten komen tot een geïntegreerde benadering, wat de diepgang en effectiviteit van het proces versterkt.

Positieve overtuigingen omarmen

Anneke leerde me de kracht van modelleren in intervisie. Tijdens deze sessies presenteert een deelnemer een probleem of uitdaging, waarna de andere deelnemers worden aangemoedigd om te delen hoe zij soortgelijke situaties hebben aangepakt. Dit modelleren helpt om nieuwe strategieën en benaderingen te ontdekken en kerncompetenties te identificeren. Door succesvolle ervaringen van anderen te modelleren, kunnen deelnemers beperkende overtuigingen loslaten en nieuwe, positieve overtuigingen omarmen die hen ondersteunen in hun groei.

“Ik hoop ooit zo goed te worden als Anneke”

De inzichten die deelnemers opdoen, kunnen worden geïntegreerd in hun actieplannen, waardoor ze niet alleen praktische stappen kunnen formuleren, maar ook mentale en emotionele verschuivingen kunnen maken die hun persoonlijke groei bevorderen. De kracht van goed georganiseerde intervisie, biedt professionals de mogelijkheid om continu waarde te blijven leveren. Door te luisteren naar mijn mentor Anneke, heb ik geleerd om te focussen op wat er al goed gaat. Haar manier van het bevestigen van potentieel was overweldigend en heeft me geholpen om mijn eigen vaardigheden te ontwikkelen. Ik hoop ooit zo goed te worden als zij.

Mijn reis in NLP begon in 2007 en heeft me geleid naar een plek van groei en ontwikkeling. De lessen van Anneke Meijer en de ervaringen bij het IEP hebben mijn leven gevormd en mijn professionaliteit versterkt. Ik ben dankbaar voor de mentor die ze voor me is geweest en voor

de inzichten die ze heeft gedeeld. Ze zal gemist worden. Aan alle lezers: blij jezelf uitdagen, blij leren, en vergeet niet de kracht van samenwerking en intervisie. Dit zijn de sleutels tot voortdurende groei en ontwikkeling in ons vakgebied. Laten we samen blijven bloeien, net als de prachtige bloemen in Annekes vaas. ■

