

MOOI WERK de wandelcoach

BABETTE RIJKHOFF

„Mensen die op hun werk niet uit de verf komen, op hun tenen lopen, lang blijven hangen - de baan geeft de zekerheid van een inkomen, maar geen voldoening - mensen die niet happy zijn in hun werk, die mensen komen bij mij,” vertelt **Hilde Backus**.

In vier wandelingen in de omgeving van Rhijnauwen en over landgoed Amelisweerd peilt ze iemands talenten en wensen. „Na de gesprekken kan het zijn dat iemand van baan verandert, voor zichzelf begint of een gesprek aangaat met zijn chef om werk te gaan doen wat bij hem of haar past. We maken zowel letterlijk als figuurlijk stappen.”

„Ik begin altijd bij het theehuis van Rhijnauwen. Als ik de laan oprij overvalt mij altijd een gevoel van

geluk. Ik mag wandelen met interessante mensen en samen gaan we de zoektocht aan.”

„Ik heb al zeshonderd mensen gecoacht. Ik stel gerichte vragen om er achter te komen waar iemands talent ligt. Waar krijg je energie van? Ik vraag altijd naar iemands ideale werkdag, als je die zelf mag invullen, hoe ziet die er dan uit? Niet iedereen weet wat zijn talent is, of waardeert dat talent niet. Dan zeggen ze bijvoorbeeld: organiseren, dat kan toch iedereen? We zijn een vat vol emoties, daarom vraag ik altijd of ze mensen uit hun omgeving, familie, vrienden, collega's willen laten opschrijven wat hun talent is. Je ontdekt dan vaak een rode lijn.”

„Door het wandelen in de natuur word je optimistischer, geconcen-

treerder en de zelfdiscipline neemt toe. Het stelt mensen op hun gemak. Je kunt even stil zijn om na te denken. Ik kijk ze niet direct aan, dus je kan ook verbaasd of moeilijk kijken als je wilt. Het geeft ruimte. De natuur relateert. De boom groeit wel door en de duif met dat halvepootje leeft ook verder.”

„Begin vorig jaar ben ik door een uitgever gevraagd om een boek te schrijven. *Op weg naar plezier in je werk* heet het. Voor mij was dat een nieuwe uitdaging. Op dit moment ben ik bezig om een opleiding te ontwikkelen voor wandelcoaches, ik heb al twee freelance wandelcoaches, die ik zelf heb opgeleid. Ik ben elke dag bezig met het uitvoeren van mijn droom.”

www.coachbureau.nl

Wat doet de Utrechter voor de kost?



Wandelcoach Hilde Backus: 'Door het wandelen in de natuur word je optimistischer.' FOTO BABETTE RIJKHOFF