



Bomencentrum Baarn

## Professionele Moed Versterken

Published on September 5, 2017



Sietske Dijkstra | [✓ Following](#)

Expert knowledge on relational and social safety  
[30 articles](#)



18



5



2

De school voor Coaching ([www.schoolvoorcoaching.nl](http://www.schoolvoorcoaching.nl)) bestaat twintig jaar en vierde dit afgelopen vrijdag 1 september met een **Next Step Festival** bij het mooie bomencentrum in Baarn, vol kleurige workshops en verdiepende lezingen waarin voor bezoekers van alles te proeven en ontdekken viel. Ik gaf twee maal een workshop over professionele moed waarbij de tent lekker vol liep. Er bleek veel behoefte aan een sessie over dit thema. Vaak worden we in ons werk opgeslokt en door een maalstroom meegenomen, maar dit ingepolderd raken, leidt tot ongenoegen en verhindert bloei.

Moed heeft meerdere betekenislagen: het staat voor dapperheid, durf, heldenmoed, bezieling, animo, hoop en onverschrokkenheid. Het kent heldendaden, maar kan ook in ons alledaagse leven een belangrijke rol spelen. Moed betekent de angst wel voelen, maar je er niet door laten leiden. Het tegendeel is lafheid, zwakte. Moed uit zich in daden, soms ook juist in het afzien en in bewust niet-doen, en is verbonden met passie en talent. Moed is een deugd en verbonden met waarden, met dat wat je belangrijk vindt en wilt leven. Het heeft fysieke, mentale en spirituele kanten, vandaar dat ontspanning in ons lichaam helpt bij het versterken van moed. Professionele moed versterkt ons werk. Het is universeel en eveneens persoonlijk en situatiegebonden. Zo zei een vrouw dat zij het griezelig vindt maar toch haar creativiteit en kwetsbaarheid op haar werk steeds wil laten zien. Voor een ander betekende moed de angst trotseren en vertrouwen stellen in de eigen net opgestarte onderneming en weer een ander zocht *out of the box* en liet de gedachte toe om van baan te kunnen veranderen. Mooi was dat er in verschillende oefeningen zoveel facetten van moed aan de orde kwamen. Enkele uitspraken:

Voor eigen denkbeelden gaan staan

Er overheen achterlangs en onderdoor kunnen kijken

Durven snijden, knippen, loslaten

Kwetsbaar en eigenwijs durven zijn

Veiligheid, vertrouwen in je eigen kunnen en in anderen

Om moed te kunnen versterken is zelfonderzoek nodig en gesprek met anderen. Het is van belang dat we op pad gaan, uitproberen, daarvan weer leren en verder gaan. Het betekent ook dat we ons bewuster worden van onze krachtbronnen en van verschillen tussen weten en kennen. Ik tekende vier cellen. Soms kennen we een situatie heel goed, maar zijn we onzeker over het weten. Andersom kan het weten ook verhullen dat we een situatie helemaal niet van binnenuit kennen, er helemaal niet vertrouwd mee zijn. Krachtig is weten en kennen, maar het kan ons ook begraven in routines. Vooral het niet-weten en het niet-kennen sporen ons aan om op reis te gaan en het onbekende in te stappen. Ik werkte al eerder met het aanscherpen en verrijken van deze verfijnde ervaringskennis aan de hand van het begrip *tacit knowing* van Polanyi en schreef er samen met Nicole van Dartel het boek *Verborgene Schatten* over (<https://www.swpbook.com/boek/1473/verborgen-schatten>). Vooral de werkvloer heeft soms veel verfijnde ervaringskennis, maar voelt zich onthand in het weten, terwijl management soms wel de cijfers weet, maar de finesses van de werkvloer niet kent. Later schreef ik ook over het gezamenlijke leren met en van elkaar als een belangrijke samenwerkingsvorm om moed en vaardig handelen te ontwikkelen en te versterken, juist ook bij de aanpak van geweld, zie <http://www.sietske-dijkstra.nl/publicaties/professioneel-handelen-2/>

Verder heb ik samen met twee collega's een driedaags scholingsprogramma ontwikkeld rond het aanspreken en versterken van professionele moed dat we binnenkort aanbieden. Ook is het mogelijk om een workshop van een halve dag te volgen en een specifieke scholingsvraag neer te leggen, bijvoorbeeld een train de trainer. Neem dan vooral contact op, [fran.dijkstra@gmail.com](mailto:fran.dijkstra@gmail.com)

Aan het eind van de workshops vroeg ik de deelnemers aan te geven wat zij nodig hebben voor meer moed door één ding op te schrijven en uit te spreken. Ik beloofde hen dit terug te koppelen en doe dat bij deze: zelfvertrouwen (7 maal), volhouden, vertrouwen (4), veiligheid in mezelf, intern gesprek en externe dialoog, weten wat ik vind en voel, door de angst heen bewegen: van enge dingen word je groot, je vrij voelen, loslaten, verwachtingen kennen, minder angst voor gezichtsverlies, de intentie of het doel versterken, erin duiken, onbevooroordeeld zijn, lef, daadkracht, ruggengraat, leren van je ervaring. Schaamte en onzekerheid kunnen ons gevangen houden.

Een persoon noemde moed een kerncompetentie voor een coach. Moed heeft de kracht ons leven en werk te transformeren. Een mooi voorbeeld kwam van een deelnemer die vertelde dat zij haaien coacht en vaak aan dode paarden sleurt. Zij voegde er aan toe dat zij, ook wel uit lijfsbehoud, probeert in de loop van het proces van de haaien en de paarden te houden. Juist deze toevoeging vergt moed en daagt ons uit tot een next step. Met dank aan het inspirerende gezelschap dat Ans Tros van de school voor coaching op deze dag samenbracht. Ook liefhebbers en kenners van Jung konden hun hart ophalen en in de tuin

vielen windmolens te bewonderen, net als moed in beweging.


Report this


18 Likes



5 Comments

 Add a comment... 

 **Patricia Hoogervorst**  
Eigenaar van PHOOcus. Projectmanager, Teamcoach, DISC consultant, Trainer Start met Groei, Gew... 2y ...  
Mooi thema moed. Je hebt mij geïnspireerd om mij daarin verder te gaan verdiepen. Dankjewel.  
Like Reply

 **Floor Oliveira** • 2nd  
probationofficer/mentor/ trainer at Reclassering Nederland 2y ...  
Mooi die metafoor van die haaien. Moed en compassie, een mooi stel!  
Like Reply

Load more comments



**Sietske Dijkstra**

Expert knowledge on relational and social safety

✓ Following

More from Sietske Dijkstra [See all 30 articles](#)

**Aandacht voor het eerder  
herkennen van ouderverstoting**

Sietske Dijkstra on LinkedIn

**De moed om in contact te zijn en je  
kennis en vaardigheden in te zetten**

Sietske Dijkstra on LinkedIn

**Van het erf af en de honger naar  
landleven**

Sietske Dijkstra on LinkedIn

**Vragen die er  
groot, maar h**

Sietske Dijkstra

# Oops!

It's not you. It's us. Try going back to the previous page or heading to your feed. You can also see our [Help Center](#) for more information.

[Go to your feed](#)

Messaging

