

### OULD-STUDENT ATMA INSTITUUT

### TESSA DEKKERS

Tessa Dekkers (35 jaar) heeft in 2009-2010 de opleiding LifeCoach gevolgd en is na het behalen van haar diploma direct haar eigen praktijk gestart "LifeCoach Tessa Dekkers" ([www.lifecoachtessadekkers.nl](http://www.lifecoachtessadekkers.nl)).



#### Beschrijf jezelf in drie woorden...

Zachtaardig, oplossingsgericht en sociaal.

#### Wat heeft je destijds doen besluiten om de opleiding LifeCoaching bij Atma te volgen?

Door een hernia heb ik 3 maanden niet kunnen werken en tijdens deze 'pauze' een vervolgstap gevonden voor mijn loopbaan in de opleiding van Atma. Mooie combi van goed bruikbaar in de praktijk en waardevol voor eigen persoonlijke ontwikkeling.

***"Na de opleiding ben ik meteen naar de Kamer van Koophandel gegaan om te starten"***

#### Wat waren je favoriete lessen en/of onderwerpen?

Relatiecoaching vond ik fascinerend, wil ik op termijn misschien meer mee gaan doen. Het is een grote uitdaging omdat er vaak veel gebeurt tijdens een sessie. Je coacht twee mensen en bovendien hun onderlinge relatie. En WandelCoaching wil ik vaker in gaan zetten.

#### Heb je een doorbraak gehad tijdens je studie en wat hield deze doorbraak in?

Dat ik liever anderen help dan zelf geholpen wordt, maar dat de ander het ook fijn vindt om mij te helpen en ik dat nu beter toe kan laten.

***"Dat Atma zich blijft ontwikkelen zoals ze haar studenten ook de mogelijkheid en kansen aanreikt"***

#### Wat heeft de opleiding je gebracht?

De opleiding heeft me veel gereedschap aangereikt en vooral de manier van werken: niet adviseren/sturen maar echt coachen.

#### Hoe heet je praktijk en wanneer ben jij gestart met je praktijk?

Na de opleiding ben ik meteen naar de Kamer van Koophandel gegaan om te starten, omdat ik dacht dat ik het anders niet meer zou doen. Mijn praktijk heet LifeCoach Tessa Dekkers, gericht op met name dertigers met loopbaanvragen.

#### Hoe ziet een dag in jouw leven en/of praktijk er uit?

Op dit moment heb ik weinig klanten, ook in verband met de geboorte van onze zoon. Naast mijn praktijk heb ik een parttime baan als pleeggezin-begeleider, hier kan ik ook veel van de opleiding in kwijt. Begin dit jaar heb ik een aanbod gemaakt voor een beroepskeuzetraject voor nieuwe studenten, dit liep aardig goed.

#### Wat doe jij als het even niet lekker gaat/je niet lekker in je vel zit?

Yoga en mediteren of naar buiten.

#### Wat is de beste tip die jij ooit hebt gekregen?

Hardop denken wat er in je omgaat tijdens het coachen.

#### Heb jij nog een tip voor onze huidige en toekomstige studenten?

Maak tijd voor alles wat er rondom de opleiding gebeurt met je persoonlijke ontwikkeling, dan kan je alles wat aangeboden wordt nog beter benutten.

#### Welk boek ligt er op je nachtkastje?

Donna Tartt: *Het puttertje*. En Esther Gerritsen: *Ik ben vaak heel kort dom*.

#### Is er iets wat je de lezer nog wilt vertellen wat wij je niet hebben gevraagd?

Volgende opleiding op het verlanglijstje: mindfulnessstrainer voor volwassenen/kinderen.

***"Hardop denken wat er in je omgaat tijdens het coachen"***

#### Atma bestaat 25 jaar: wat is jouw felicitatie/wens voor Atma?

Dat Atma zich blijft ontwikkelen zoals ze haar studenten ook de mogelijkheid en kansen aanreikt, met aandacht voor waar behoefte aan is op dat moment samen met een vaste basis gericht op gezondheid en persoonlijke ontwikkeling van mensen.