

# Jeg kunne være endt som et brokkehoved

**Hvem:** Anette Wiingreen, 35 år. Selvstændig coach med virksomheden INpower og gymnasielærer på deltid. Nygift.

**Bog:** „Coaching – det handler om at stille de rigtige spørgsmål“ af Sofia Manning.

Hun faldt over bogen på det helt rigtige tidspunkt. Hun var træt af følelsen af utilfredshed, der kom over hende hvert halve år, og havde netop opdaget, at glæden ved jobbet som gymnasielærer var størst for en ferie. Eller når en time blev aflyst.

– Jeg så omslaget på bogen i et katalog, og det var især ordene om at stille de rigtige spørgsmål, der gjorde indtryk. Det var det, jeg trængte til at gøre, for at finde ud, hvem jeg var, og hvilke værdier, der var vigtige for mig. Jeg var klar til at få et spark, og bogen har sat en kæmpe udviklingsproces i gang, siger Anette Wiingreen.

Et af de svar, hun fik, var forklaringen på, hvorfor hun altid har læst mange udviklingsbøger og anset sig selv som mere søgende end de fleste.

– Jeg har tit tænkt: Hvorfor kan

jeg ikke bare have et job fra 8-16 og være tilfreds med det? Nu ved jeg, at jeg har et stærkt behov for at udvikle mig, og at coaching for mig kunne være vejen til en glad og tilfreds hverdag. I dag er hun selv uddannet coach, og kombinationen af selvstændig virksomhed og jobbet som gymnasielærer har givet hende arbejdsglæden tilbage – også uden for ferien.

Men bogen har ikke kun påvirket arbejdslivet.

– Den fik mig også til at forstå, at jeg er nødt til at fylde mig selv op, for jeg kan give til andre. Mit parforhold har også nydt rigtigt godt af resultaterne af denne bog. Vi spørger f.eks. ofte hinanden, hvad vi kan gøre for at gøre den anden glad. Altså ikke hver anden time, men når vi husker det. Vi kommer mange bagatelskænderier i forkøbet på



**Nu har Anette Wiingreen lært, at hun har et stærkt behov for at udvikle sig. Bl.a. derfor er hun selv i dag uddannet coach.**

den måde, og det hjælper os til at huske, at det ikke er pengene i banken, der virkelig gør os glade.

Der er også meget, hun har vinket farvel til. Blandt andet bekendtskaber, der hellere ville tale om udvikling i vejr-situationen end i menneskene. Flere i omgangskredsen har strittet lidt imod alle forandringerne, men selv er hun taknemmelig.

– Havde jeg ikke læst den bog,

var jeg sikkert endt som et rigtig brokkehoved. Min utilfredshed ville have spredt sig til og forpestet mit forhold og andre relationer. Men havde jeg bare læst den og sat den på hylden igen havde den ikke ændret noget som helst. Den har kun fået så stor betydning, fordi jeg var så klar til at tage budskabet helt ind under huden.