



#ikhebfleur

Elke week zetten we een Flair-lezeres in het zonnetje. Deze keer Daniëlle Weitkamp (34). Ze ontwikkelde een online programma voor moeders die zich weer blij(er) willen voelen.

Wat doe je in het dagelijks leven?

"Ik doe waar ik blij van word en ik help anderen, vooral jonge moeders, ook te gaan doen waar ze blij van worden. Dat klinkt simpel, maar tegenwoordig is het niet zo makkelijk om gewoon maar te doen waar je blij van wordt. Want wat maakt je eigenlijk blij? Ik heb geleerd volledig op mijn gevoel te vertrouwen en kies zo steeds weer mijn eigen pad. Zonder me te laten tegenhouden door wat anderen van me denken. Zo ben ik in de afgelopen jaren gegroeid van basisschoolleerkracht, naar kindercoach en kinderjeugdtherapeut, tot coach voor moeders."

Hoe kwam je op het idee om moeders te gaan coachen?

"Na de pabo ging ik het onderwijs in als leerkracht op een basisschool. Ik merkte dat ik het een-op-een begeleiden van kinderen veel leuker vond dan voor een volle klas staan. Als een kind voor mij kwam omdat het moeite had met taal of rekenen, vroeg ik ook hoe het met het kind ging. Ik focuste op gevoel en zorgde ervoor dat het kind blij de deur uit liep. Daar besloot ik meer mee te doen en in 2018 rondde ik de driejarige opleiding tot kinder- en jeugdtherapeut af. Maar in mijn



praktijk merkte ik dat niet alleen kinderen mijn hulp konden gebruiken. Steeds vaker hielp ik ook moeders met hun vragen. Ik merkte dat, als ik ze hielp, dat direct een positief effect had op het kind."

Wat voor vragen hadden die moeders?

"De moeders die ik spreek willen graag leren loslaten, harmonie in huis en opvoeden zonder verwachtingen van anderen. Maar toch is de druk om aan al die verwachtingen te moeten voldoen heel hoog. Ze hebben hun werk, gezin, huishouden, partner, familie en vrienden. Ze zetten zichzelf opzij en zorgen eerst voor al die anderen. Ik leer ze hoe ze juist voor zichzelf moeten zorgen, want een gelukkig kind begint echt bij jezelf. Je kind spiegelt jou en als het ziet dat jij goed voor jezelf zorgt, zal het kind dat ook doen. In mijn online programma leer ik moeders via korte praktische lessen hoe je dat doet, beter voor jezelf zorgen. Zodat niet alleen het kind, maar dus ook de moeder blijer wordt."

@danielleweitkamp

Daan

Ken jij iemand die een plekje in deze rubriek verdient? Stuur een mail naar flair@dpg-mediagemazines.nl, o.v.v. #ikhebfleur. →

