

A full-length portrait of a woman with short brown hair, smiling slightly. She is wearing a light grey, long-sleeved, knee-length dress with a subtle pocket on the side. A vibrant, multi-colored patterned scarf is draped around her neck. She is also wearing dark grey pointed-toe pumps. The background is a solid, deep purple color. The text 'Ready, able and willing' is overlaid in a white, elegant serif font across the middle of the image.

Ready, able and willing



'Je leeft maar één keer'

Notaris Fineke van Leusen gooide het roer om en werd coach. Nu helpt zij oud-collega's en anderen weer de balans in hun leven te vinden.

TEKST Henriette van Wermeskerken | BEELD Truus van Gog

Jarenlang heb ik als notaris gewerkt. De laatste tijd was ik vaker moe, had weleens een pijntje of een kwaaltje. Niets bijzonders. Ik ging wat eerder naar bed en slikte extra vitaminen. Dan ging het wel weer. Tot ik op een ochtend in 2014 wakker werd en wist: ik kan niet meer. Mijn energie was op, helemaal op. Ik begreep dat ik een burn-out had. Achteraf vraag ik me af hoe het zo ver heeft kunnen komen. Toen zag ik de signalen niet. Dat herken ik inmiddels ook bij andere mensen die in een burn-out terecht komen. Nu besef ik: het lichaam liegt niet. Wie meer energie weggeeft dan hij krijgt, raakt in een neerwaartse spiraal. Er brak een periode van verplichte rust aan. Daar was ik toen niet blij mee, maar ik zag wel in dat ik teveel van mijzelf gevegd had en dat het echt anders moest.'

PRAKTIJK

'Toen ik in 1989 begon als kandidaat-notaris bij Trip notarissen in Almere, was die stad fors aan het uitbreiden. Er werden veel huizen gebouwd en wij deden veel transporten. Ik voerde een algemene praktijk en heb mij later gespecialiseerd in het familierecht. Ik heb altijd genoten van het vak. Na tien jaar, in 2000, werd ik als notaris benoemd. Net na het vrijgeven van de tarieven. Geen gemakkelijke periode om als ondernemer te starten. De tarieven lagen onder druk en de vrije vestiging was een feit. We werkten heel hard. Mijn leven was rijkelijk gevuld, want ik had naast mijn drukke baan drie jonge kinderen. Behalve aan mijn gezin en mijn kantoor besteedde ik ook tijd aan sociale contacten, muziek en sport. Ik speel al vele jaren altviool in een groot symfonieorkest dat regelmatig optreedt en waarmee ik ook weleens op tournee ga.

Verder schaatste ik eens in de week. Officieel werkte ik niet fulltime, maar in de praktijk wel. Zo gaat dat.'

VERANDEREN

'Dát wil ik doen, dacht ik toen ik tijdens mijn burn-out met een coach sprak. Mensen helpen om in te zien wat goed gaat en wat minder goed gaat, waardoor de balans zoek raakt. Uiteindelijk heeft mijn verplichte rustperiode acht maanden geduurd. Toen ben ik weer aan de slag gegaan, en tegelijkertijd een opleiding tot coach gaan volgen. Om te kijken of dat echt iets voor mij was. Dat bleek het geval. Als notaris heb je veel met mensen te maken, dat heb ik ook altijd mooi aan het vak gevonden. Als coach heb je dat ook, maar op een heel andere manier. De notaris geeft advies. De coach adviseert niet, maar zet mensen in hun kracht. Je zorgt dat mensen er zélf achter komen wat goed voor ze is. Dat doe je door veel vragen te stellen. De juiste vragen. Een coach slaat een brug tussen waar iemand is en naar waar hij of zij naartoe wil. Coaching werkt pas als de te coachen persoon *ready, able and willing* is om te veranderen. Ik ben heel blij met mijn stap!'

BEWUST

'Ik heb een gedegen, erkende opleiding tot coach gevolgd. Daarna heb ik een masterclass-programma gedaan om groepen te begeleiden. Ook ben ik mediator en geregistreerd intervisie-begeleider bij de vFAS, een vereniging van advocaten die gespecialiseerd zijn in het personen- en familierecht. Iedereen kan zich coach noemen, maar ik streef een hoge professionele standaard na, zoals ik ook altijd in het notariaat heb gedaan. Daardoor kan ik een laag dieper gaan. Nu heb ik mijn eigen bedrijf

'Bewust aan zet'. Die naam geeft aan dat ik mensen ervan bewust wil maken waar ze staan en van de keuzes die ze hebben. Als je iets in je leven wilt veranderen, begint dat bij jezelf. Je leeft maar één keer, dus geniet ervan. Dat is mijn motto. Ik werk op verschillende locaties. Ook neem ik mensen mee naar buiten en praten we terwijl we wandelen. Dat werkt goed, het geeft lucht en ruimte.'

ERVARING

'Ik richt mij op drukbezette notarissen, rechters en advocaten. Ik zorg dat ze goed in hun vel zitten, zodat ze met energie, plezier en passie hun werk kunnen doen. Want daar schort het weleens aan. Als notaris ben je vooral vakinhoudelijk opgeleid. Het is belangrijk te reflecteren op je eigen functioneren, want het is een zwaar vak. Je hebt veel verantwoordelijkheden en je moet altijd alert zijn. Onderdeel van mijn coaching is MBTI, de Myer-Briggs Type Indicator. Het geeft mensen op een gemakkelijke manier inzicht in hun voorkeursgedrag en dat van een ander. Zo kom je erachter wat je aan elkaar kunt hebben, in plaats van elkaar in de weg te zitten. Onlangs heb ik een workshop ontwikkeld over het gebruik van de MBTI in mediation. Ik geef trainingen daarover op het jaarcongres van de vFAS. En ook voor de KNB. Het is prettig met notarissen en andere juristen te werken. Ik ken die wereld en kan me gemakkelijk inleven. Mijn ervaring komt goed van pas.' ■