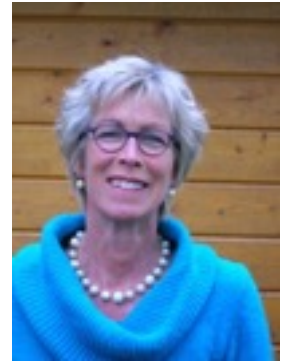


Even voorstellen ... Tineke van der Schee

Ik ben getrouwd met Gerard, moeder van 3 getrouwde zoons, en oma. Vroeger werkzaam geweest in het onderwijs, daarna jaren vrijwilligerswerk gedaan. Lid van Baptisten gemeente de Rank.



Ik wil vrouwen graag bemoedigen met mijn spreekbeurten, zowel christenen als niet christenen. De onderwerpen in mijn spreekbeurt maak ik graag visueel en levendig door een PowerPoint. Mijn onderwerpen zijn:

Uit de verf komen.

“Ik weet dat er heel veel in me zit, maar het komt er niet uit!”

We willen graag onze talenten gebruiken en onze vleugels uitslaan, maar dat lukt niet altijd. Er kunnen belemmeringen zijn waardoor je niet uit de verf komt en dat is zo jammer! Ik heb dat zelf ervaren en heb daarom een aantal jaren geleden een coach gezocht die mij al pratend en tekenend hielp om mijn belemmeringen op te sporen en mijzelf beter te begrijpen.

Ik laat in mijn spreekbeurt wat van die tekeningen zien. Ook dia's die tonen hoe een rups verandert in een vlinder, als illustratie van uit de verf komen. En ik trek daarbij parallellen naar ons eigen leven. Ook vertel ik hoe God mij in dat groeiproces tegemoet gekomen is. Zo liefdevol!

Ik moet zoveel, maar wat wil ik?

“Ik moet altijd vriendelijk zijn, moet regelmatig sporten, mijn deadline halen, een goede moeder zijn, er leuk uitzien.....aaaah!!”

Dagelijks worden we via de media overspoeld met plaatjes die ons voorspiegelen hoe we zouden moeten zijn. De lat ligt erg hoog, we moeten zoveel! Ook wordt ons voorgehouden dat het leven maakbaar is en dat ons geluk in eigen handen ligt. Dat kan een enorme druk geven. Eén miljoen Nederlanders slikken antidepressiva, vooral vrouwen. Onze beleving van “Ik moet zoveel” kan ook komen doordat we geen nee durven zeggen, prioriteiten stellen of delegeren.

Ik wil in deze spreekbeurt stimuleren om na te denken over wat je wilt in plaats van moet. Ideaalplaatjes loslaten geeft rust. En de Bijbel reikt aan dat God ons liefheeft zoals we zijn, met al ons lek en gebrek; zo bevrijdend!

Leven met onrecht, van pijn naar passie

“Onrecht maakt dat je niet tot je recht komt. Onrecht heeft altijd met macht te maken”.

Pesten, een inbraak, onterecht ontslag: een paar voorbeelden van onrecht die veel pijn kunnen veroorzaken. Onrecht kan effect hebben op je zelfbeeld, mensbeeld en Godsbeeld. Daarom is het ook zo belangrijk om het goed te verwerken. Jozef, uit de Bijbel, maakte ingrijpend onrecht mee, maar ging er heel bijzonder mee om. Hij werd geen bitter, maar een beter mens door wat hij meegemaakt had. Als we het onrecht dat ons is aangedaan verwerken, kan het omgebogen worden tot een passie. Dan kunnen we uitreiken naar anderen die iets soortgelijks hebben meegemaakt en het kwade overwinnen door het goede.

Schaamte, vriend of vijand?

“Ik schaam me dood”; “Ik zou wel door de grond willen zakken”...

Schaamte is een pijnlijke en heftige emotie! We kunnen ons schamen voor ons uiterlijk, gebrek aan vaardigheden, onze achtergrond. Schaamte leidt tot terugtrekking van onszelf ten opzichte van de ander en van God, en kan ons in een isolement brengen. Schaamte gedijt in het duister, maar verschrompelt in het licht. Jezus nodigt ons uit om in zijn ogen te kijken als we ons schamen en Zijn liefde voor ons daarin te zien. Zo kan schaamte ons leiden tot verbondenheid met Hem en ons bevrijden uit ons isolement, en een “vriend” van ons worden.