

**DE SCHRIJFCOACH**

# '15 procent meer cursisten'

**C**hristine de Vries (45) geeft schrijfcursussen en zag het aantal aanmeldingen het laatste halfjaar sterk stijgen.

Dat verbaasde haar: „De crisis haalt de zekerheden weg bij mensen. Je zou verwachten dat ze daardoor nog meer gefocust zijn op het behoud van hun baan, en alle extraatjes weglaten. Maar het tegendeel is waar: mensen investeren meer in zichzelf. Ze gaan in deze tijden juist op zoek naar wat ze nu eigenlijk werkelijk met hun leven willen.”

Als schrijfcoach biedt ze klanten met haar bedrijf Shodo een methode aan om te reflecteren en zich te bezinnen. „De crisis lijkt ons te overkomen,” zegt De Vries. „Het is goed om te onderkennen dat er een crisis is en dat je daar zelf ook iets mee kunt doen. Ik leer cursisten hoe ze op een creatieve manier kunnen omgaan met levensvragen. Die vragen komen voor een deel voort uit de crisis. Het schrijven is daarbij het middel.”

De beroepservaring van haar cursisten is zeer divers: van adviseur personeelszaken tot kunstenaar en van therapeut tot predikant. Even verschillend zijn de problemen waarmee ze worstelen, maar bij De Vries gaat het om het algemene proces van bewustwording. „Mensen identificeren zich heel sterk met hun werk, maar je bent niet je baan. Je bent meer dan dat. Het gaat om het grotere geheel.” Ze is van mening dat we sterker uit de crisis kunnen komen. Een krappere portemonnee hoeft daarbij geen belemmering te zijn. „Je kunt een luxe taart kopen bij de banketbakker, maar je kunt er ook zelf een bakken.” Bij de zoektocht naar het opnieuw genieten van wat er wel is, kan schrijven een wezenlijk onderdeel vormen. „De bedoeling is dat mensen na een cursus zelfstandig verder gaan, los van mij. Dan wordt het schrijven van henzelf. Daarin zit ook een groot deel van mijn voldoening.” —J.v.d.H.



**Christine de Vries:** 'Mensen investeren in deze tijden meer in zichzelf.'