



"Leena, wat wil je nou eigenlijk zeggen?" dit is iets dat ik vaak tegen mezelf zeg. Het is een ware levensles!

Weten wat je wilt zeggen, het klinkt zo simpel maar dat is het dus niet.. Je moet soms heel bewust nadenken over wat je wilt, dan pas kan je pas je behoeftes naar andere toekenbaar maken. Expliciet kenbaar maken wat je wilt is best een beetje eng, maar oh zo belangrijk. Zo zat ik laatst tegenover de baas van MTV/TMF en wist ik hem te vertellen dat het leven niet moeilijk is als je maar weet wat je wel en niet wilt. Het leek wel of ik Pauline hoorde praten!!!

Door haar lessen durf ik nu beter mijn grenzen aan te geven, dit voorkomt veel problemen en stress. Soms erger ik mezelf kapot, terwijl die mensen zich van geen kwaad bewust zijn. Door zwijgzaamheid trek je muren op, terwijl je door communicatie bruggen bouwt. De keuze is aan jezelf: bruggen of muren!

Pauline van Aken is veruit de beste lerares die ik op de Media Academie heb gehad. Ik heb haar ook gelijk aangeraden aan mijn nieuwe collega presentatrice. Het is een verademing om zo'n lieve en professionele vrouw tegen te komen in medialand. Haar lessen karakteriseren zich door de persoonlijke aanpak. Ze is nauw betrokken bij haar cursisten. Zelfs nu dat mijn lessen achter de rug zijn, hebben we nog contact. Ze informeert ook nu nog naar eventuele problemen. Het geeft mij net even die extra zekerheid, ik weet dat ik haar altijd mag bellen.

Voor de camera staan is lastig, zeker omdat de camera nooit liegt. Genadeloos wordt elke onzekerheid geregistreerd. Daarom moet je juist heel eerlijk tegen jezelf zijn en weten waarom je je niet optimaal voelt. Dit is soms erg confronterend maar met Pauline aan je zijde goed te doen.

Ook de lessen bij haar in het huisje in Loenen aan de Vecht zijn uniek in zijn soort. Onder het genot van een hapje en een drankje hebben de lessen meer weg van een dagje uit. Maar dit is juist de kracht van haar les methode. Haar oprechte interesse en persoonlijke aanpak maken haar lessen een aanrader voor iedereen!

Het door Pauline van Aken geschreven boek, heb ik aangeschaft en niet alleen omdat het een goede aanvulling is op de les. Ik durf wel toe te geven dat ik het boek niet helemaal gelezen heb. Maar dat is juist de kracht van het werk! Elke keer bevind je je weer in een andere levensfase waardoor ik een ander deel van het boek opensla.

Ik ben erg dankbaar dat ik via Mtv de kans heb gekregen om van haar te leren van deze bekwame vakvrouw.

Pien bedankt voor alles. Veel liefs en tot snel!  
Mtv presenter Leena