



Hoe krijg en behoud je de leiding over je leven?

Op zich kan dat prima zijn, als je jezelf hierin maar niet voorbijloopt of zelfs verliest. Dat uit zich namelijk vaak in psychische en lichamelijke klachten waarvan je niet gelukkiger wordt. Ook je omgeving wordt hiervan niet gelukkiger en je prestaties op allerlei vlakken nemen af.

De vraag is: Hoe doorbreek je dit en krijg je weer de leiding over je leven?

DE STAPPEN

Bij Leadership Management (LMI) pakken we dat volgens ons 'Total Person TM' concept in grote lijnen als volgt aan:

1. Schrijf op wat je allemaal (nog) 'moet' en graag wilt. Zo krijg je overzicht en komt er ruimte in je hoofd omdat er niets steeds 'Oh ja, ik moet nog ...'-gedachten blijven opkomen.
2. Stel doelen op elk van 6 levensgebieden. Zo zorg je ervoor dat je je aandacht kunt richten op belangrijke zaken op belangrijke onderdelen van je leven (zodat je op alle punten voortgang ervaart en er voor je gevoel niets bij inschiet).
3. Bereik belangrijke resultaten en vorm nieuwe gewoonten. Nu gaat het erom dat je op het bereiken van je doelen focust en proactief bent.

Stappen 1 en 2 zorgen voor overzicht, mentale rust en motivatie. Zo werken ze reactief gedrag tegen. Stap 3 doet dat ook maar is lastiger omdat het hier gaat om het vormen van proactief gedrag in de dagelijkse praktijk; dat betekent dat gewoonten moeten worden bijgesteld. Vandaar dat we daarbij ook uitgebreid begeleiden, tegen een vaste prijs en met resultaatgarantie.

KANTEKENINGEN

Bij bovenstaande moet nog worden opgemerkt dat voor sommige mensen nog een nul-stap nodig is. Het betreft situaties waarin sprake is van een onverwerkt verleden (zoals bijvoorbeeld een burn-out) waarmee eerst nog moet worden afgerekend. Gezien de beperkte lengte van deze column en de voor iedereen toch weer andere omstandigheden heb ik de aanpak hier alleen maar globaal kunnen beschrijven.

Bel of mail ons echter gerust als je hierover nog vragen of opmerkingen hebt. Mijn vraag deze keer luidt: In hoeverre laat jij je leiden door gebeurtenissen?



**maak jij tijd voor
je beste zelf?
je beste bedrijf?**

Jan Berkelmans
LMI Nederland Bredaveort | www.lmi-nl.com