



Mooijman Professional Organizing

HAAL MEER RENDEMENT UIT JE WERKDAG

Nieuwsbrief Opgeruimd Werken:

Hoe zet je in 2010 wensen om in resultaten?

Het einde van 2009 laat niet lang meer op zich wachten.

Zo halverwege de decembermaand realiseer je opeens hoe de tijd vliegt.

Net als een televisieshow met de Belangrijkste Momenten van 2009 is het nu tijd om voor jezelf de balans van het jaar op te maken.

Wat is er goed gegaan?

Je hebt de tuin opgeknapt, In de zomer een mooie reis gemaakt, Een project op je werk succesvol afgerond.

Wat is er niet goed gegaan?

Je hebt minder verdiend dan je had gedacht, het is niet gelukt om een leuke nieuwe baan te vinden en thuis regelmatig woorden over de scheve taakverdeling gehad.

En aan welke dingen ben je (weer) niet toegekomen?

Je had beter uit de verf willen komen op het werk,
Het opknappen van de zolder is er bij ingeschoten en
Je had vaker en meer tijd willen doorbrengen bij familie en vrienden.

Veel mensen vinden het overdreven een plan te maken voor het komende jaar. Een plan waarin je beschrijft wat je wilt met je carrière, met je familie en vrienden, je gezondheid en met de tijd die er daarna nog over is.

In mijn omgeving ken ik weinig mensen die een jaarplan maken.

En als het er al is, is het vaak alleen op zakelijk gebied.

Dat is jammer. Want tijd is de een van de hulpbronnen die niet aangevuld kunnen worden.

Als een dag voorbij is, komt hij niet meer terug.

Het gevoel dat je leven zin heeft en je tevreden bent over hoe het loopt, behelst het hele plaatje: carrière, thuis, familie & vrienden, gezondheid, zelfontwikkeling, rijkdom en jezelf. Pas als alle onderdelen de aandacht krijgen die ze verdienen bereik je authentiek succes.

Stel je eens voor; we zijn een jaar verder, het is december 2010.

- Hoe ziet je leven er nu uit?
- Wat is er anders gegaan op het werk?
- Hoe loopt het thuis?
- Op welke manier heb je meer tijd voor jezelf gemaakt?
- Is het gelukt om jouw wensen te realiseren?

Om je droombeeld te kunnen bereiken is het van belang dat je nu een plan maakt waarin je alles beschrijft wat je wilt doen, ervaren en bereiken in 2010.

Zorg ervoor dat het doelen zijn:

- waar je enthousiast van wordt
- die je echt graag wilt bereiken en
- waarvoor je moeite moet doen.

Misschien heb je altijd al willen leren kitesurfen of Spaans willen leren spreken. Misschien heb je als doel dat je een bepaalde hoeveelheid geld wilt verdienen in je baan of bedrijf. Of is 2010 het jaar dat je een boek gaat schrijven, met een groep vriendinnen een weekend naar een beauty farm gaat, de tango leert dansen of superfit wordt met een workout programma dat je wel vol kunt houden.

Wat het ook is waar je over droomt, schrijf het op. Gebruik hiervoor een positieve omschrijving in de tegenwoordige tijd.

Kijk eens naar de volgende voorbeelden en zie het verschil:

Doel negatief geformuleerd - versus - doel positief geformuleerd

Minder werken - wordt - Meer tijd voor vrienden en hobby's

Geen stapels werk die blijven groeien - tegenover - Ontspannen mijn takenlijst doorwerken

Geen propvolle Inbox - wordt - Een bijgewerkte digitale postbus

Minder papier op mijn bureau - versus - Een prettig en werkbaar kantoor

Het nieuwe jaar komt er snel aan. Heb je voor jezelf al een beeld van wat je wilt bereiken in 2010? Schrijf het op en wees niet te bescheiden. Geef aandacht aan wat je wilt bereiken en begin in januari met de eerste stap, de tweede, enzovoort. Zo zet je in 2010 je wensen zeker om in klinkende resultaten!

©2009 Stéphanie Mooijman