



Mooijman Professional Organizing

## HAAL MEER RENDEMENT UIT JE WERKDAG

### Nieuwsbrief Opperuimd Werken:

#### Onzekere tijden: kansen benutten of risico's mijden?

De laatste maanden worden we bijna dagelijks om de oren geslagen met slecht nieuws: een bekende bank valt om, de pensioenleeftijd gaat omhoog, er dreigen massaontslagen en de staatsschuld bereikt astronomische hoogten.

**Het zijn onzekere tijden en het is onduidelijk wat de consequenties zullen zijn op de lange termijn.** Veel mensen voelen zich machteloos en angstig. Ze schuiven beslissingen voor zich uit, trekken zich terug in het oude vertrouwde en klampen zich stevig vast aan wat ze hebben.

**Ze hebben last van het ik-wacht-eerst-tot-er-iets-verandert-voordat-ik-in-actie-kan-komen syndroom.** Ze willen er zeker van zijn dat ze niet nog meer ellende over zichzelf afroepen. Want stel dat je een verkeerde beslissing maakt? Wat als er een betere optie voorhanden komt? En wie weet wat ons nog meer te wachten staat, dan kun je maar beter geen enkel risico nemen. Ze hobbelen mee op de stroom en wachten af.

**Op het eerste gezicht lijkt dit een verstandige manier om met de situatie om te gaan.** Toch is dit niet zo. Want door geen keuze te maken, maak je er toch een. Het grote verschil is allen dat je niet zelf beslist. Je geeft de controle uit handen en laat een ander voor jou beslissen. En of dat een goed idee is kun je je afvragen. Want de kans dat je precies krijgt wat jij wilt is klein.

**In een verkrampde houding kom je tot stilstand.** Denk eens aan de laatste keer dat je een spierkramp had in een kuit. Je kunt geen stap zetten. Pas als je ontspant, zakt de kramp weg en kun je je weg vervolgen.

**Hetzelfde geldt voor geestelijke kramp.** Het is een vicieuze cirkel met negatieve gedachten die zich keer op keer afdraaien in je hoofd. Dezelfde problemen komen telkens voorbij en lijken steeds moeilijker om op te lossen. De kramp kan je helemaal in beslag nemen. Er is geen ruimte in je hoofd voor nieuwe mogelijkheden en dat houdt elke verbetering tegen.

**Continue verandering en groei zijn de kenmerken van een levend organisme.** 200 jaar geleden ontdekte Darwin dat zij die zich het best aanpassen aan veranderende omstandigheden, degenen zijn die overleven. Dat geldt nu nog steeds.

### Dus hoe houd je grip op je eigen toekomst?

Kies je voor optie 1 en wacht je af wat er komen gaat.

Of kies je voor optie 2 en neem je het heft in eigen handen.

In de roerige jaren zestig was John F. Kennedy president van Amerika. Hij werd regelmatig geconfronteerd met momenten van grote onzekerheid. De uitkomst van de situatie was afhankelijk van de beslissing die hij zou nemen. Toen hem gevraagd werd hoe hij met deze spanning omging zei hij:

*"In het Chinees bestaat het geschreven woord voor crisis uit twee tekens:  
Het eerste teken betekent gevaar en het tweede: kansen"*

**Om kansen te benutten heb je iets nodig: een flinke dosis moed.** Moed om je te laten leiden door je eigen innerlijk kompas en niet door het nieuws van de dag.

**Mensen die twijfelen of zich angstig voelen denken vaak dat ze niet moedig zijn.** Maar moedig zijn sluit angst niet uit. Je toont moed wanneer het spannend is om te doen en je toch de eerstvolgende stap zet.

Het vergt moed:

- om je eigen weg te gaan.
- om de dingen te doen die jij belangrijk vindt.
- om in jezelf te investeren en je ideaal waar te maken.
- om je wensen en verlangens in actie te brengen.
- Om je droom te realiseren met dagelijkse stappen, zodat je voortgang ziet en kansen herkent.

Juist nu.

**Moed is een spier die je dagelijks zou moeten trainen.**

Hoe je dat doet? Je kunt beginnen met het maken van andere keuzes.

- Wat staat er op je to do lijst van vandaag? Zijn het allemaal kleine wegwerk klusjes waar je druk mee bent of kun je iemand bellen die je verder kan helpen?
- Verstop je je achter je computer of doe je mee aan een training waarmee je stappen zet om jouw verlangen te realiseren?

Ik wens je deze maand uitstekende keuzes en mooie kansen toe.

©2009 Stéphanie Mooijman

J. P. Thijsselaan 4 - 2341 PC Oegstgeest - T 071 3015426  
info@mooijmanorganizing.nl - www.mooijmanorganizing.nl