

Inspiratie

Spiegeltje, spiegeltje aan de wand... over focus en succes

Zo rond oud & nieuw is voor velen een tijd aangebroken van goede voornemens. We sluiten het oude jaar af en er ligt weer een fris jaar voor ons vol met nieuwe mogelijkheden. De winter is een prima tijd voor reflectie en vooruitblikken. De natuur trekt zich terug en er komt ruimte en energie om te doen waarvoor dit seizoen zich uitermate leent. Terugblikken op het afgelopen jaar: Wat hebben we bereikt? Wat ging er goed en waar liggen kansen voor verbetering? Deze informatie is een basis voor een blik op het komend jaar. Wat gaan we doorzetten? Waar liggen onze prioriteiten en wat moeten we loslaten? Belangrijke keuzes in een economisch moeilijke tijd. Hoe blijf ik (of mijn onderneming) in beweging en waar zit de groei?

Ik heb wel eens gehoord dat 90% van de mensen geen doel heeft. Zelf ben ik zeer doelgericht en ik ben er dan ook zeer verbaasd over hoe je kunt groeien als je niet weet waar je naar toe gaat. Mijn focus op mijn doelen is zo sterk dan ik gerust durf te zeggen dat ik hoe dan ook mijn doelen altijd behaal. Natuurlijk betaal ik hier een prijs voor en het kost soms ook de nodige tijd en doorzettingsvermogen.

Acht jaar geleden raakte ik geïnspireerd over de mogelijkheden van coaching en wat je hiermee kunt bereiken. Dat was op een moment dat ik wat vastliep in mijn toenmalige werk en een fantastische coach liet mij zien waar het knelde en waar ik de oplossingen kon vinden om verder te groeien. Op dat moment werd ergens in mij een coach geboren. Echter, ik had een managersfunctie bij een waterschap en beschikte vooral kennis en vaardigheden in de techniek. Ik wist niets over mensen en hun gedrag. Laat staan over hoe je door het aanpassen van je communicatie gewenste veranderingen kunt doorvoeren.



Datgene wat jij niet aanstuurt, stuurt jou aan!

IN DEZE INSPIRATIEWIJZER

Focus

Over de betekenis van focus voor het behalen van doelstellingen.

Referenties

Intramar insurances
Camping 't Noorder Sandt

Sprookjes

Sprookjes als spiegel bij veranderingsprocessen

Succesvol veranderen

Mijn visie op coachen en trainen en een gratis tip bij het zoeken van de juiste coach.

Editie gemist? Laat het mij weten en je ontvangt hem alsnog!

Inmiddels zijn we acht jaar verder en heb ik een reorganisatie bij het waterschap aangegrepen om een loopbaanswitch te maken. Ik heb een plan gemaakt, een opleiding gevolgd en ben een eigen bedrijf gestart. Mijn doel is bereikt, maar ik heb hier een hoge prijs voor betaald. Als eerste was het noodzakelijk om de nodige vakinhoud op te doen. Maar een uitmuntende coach (mijn doel) word je niet door theorie uit een boekje te leren. Bij Phoenix opleidingen leerde ik tijdens een driejarige opleiding anderen te begeleiden door in de praktijk mijn eigen verhaal uit te zoeken. Een loodzware klus vooral omdat praktijkgericht leren een veel hogere impact heeft dan ik verwacht had. Ik kan nl. goed leren, maar bij het opdoen van levenslessen komen andere vaardigheden kijken, zo weet ik nu.

Vervolgens het ondernemerschap. Ik voel mij geen ondernemer en er stroomt ook geen ondernemersbloed door mijn aderen. Toch besloot ik om als zelfstandige professional te werken. Het werknemerschap had ik inmiddels wel onder de knie en ik wilde graag weten of ik mijn capaciteiten ook ten bate van mijzelf kon benutten.

Wijzer

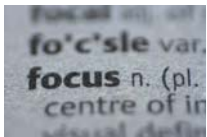


Door inschrijving bij de KvK zag VALENT ontwikkeling in 2008 het levenslicht waarbij ik mij vanaf dat moment als trainer/coach ging richten op de waarde (=betekenis van VALENT) van mensen binnen bedrijven/organisaties en de manier waarop je hier meer uit kunt halen. Met als slogan:

Van eigen waarde naar meer waarde

Goed, totale eigen verantwoordelijkheid dus. Heerlijk! En tegelijkertijd ook zo lastig. Want het verwerven van betaalde opdrachten waarmee ik zowel mijn zaak draaiende kan houden als ook in mijn levensonderhoud kan voorzien is best een klus. Zeker als je nog niet over ondernemende kwaliteiten beschikt. En ook hier geldt dat het ondernemerschap vooral bestaat uit praktijklessen.

Mijn doel was duidelijk, ik heb veel geleerd en het was het mij zeker waard! Vol zelfvertrouwen durf ik uit te spreken dat ik een uitstekende coach en trainer ben, in staat om mensen te begeleiden om met meer plezier (samen) te werken en hiermee meer resultaten te bereiken!



Hoe speelt focus hierin een rol? Natuurlijk had ik een doel nodig om in de juiste richting te vertrekken. Echter, wanneer je focust op het zakelijke, dan is er per definitie minder focus voor het persoonlijke. Focus op een doel heeft als pluspunt dat je zelf de regie kunt nemen in het bereiken daarvan. De keerzijde is dat met (te)veel focus er minder aandacht is voor al datgene waar je zelf geen regie op kunt voeren; datgene wat op je pad komt. Zoals een verlies waar ik in 2010 mee geconfronteerd werd. Of de economische situatie die het momenteel niet echt gemakkelijk maakt voor ondernemers.



Als je voor je kijkt, zie je achter je niets!

Zoals iedereen zijn eigen weg heeft te gaan, heb ik best een barre tocht afgelegd met aardig wat bochten en kruispunten waarbij ik steeds weer de juiste richting moest kiezen. Met een duidelijk doel voor ogen, is dat goed te doen.

De belangrijkste les is dat wanneer het niet lukt ik vaak mijn focus heb moeten verleggen om mijn perceptie (zie ook de vorige InspiratieWijzer) en daarmee competenties te verbreden. Waar ik theoretisch sterk ben, ging het nu vooral om praktijklessen. Geen opleidingen, maar gewoon gaan doen en experimenteren. Niet echt mijn voorkeur, wel noodzakelijk om mijn ambitie om als zelfstandig coach en trainer te werken waar te maken.

Wijze les

Als je doet wat je altijd doet,
dan krijg je wat je altijd kreeg.
Dus als dat niet is wat je wilt,
doe het dan eens anders!

Phoenix opleidingen heeft mij geleerd om op de diepere lagen van de ziel te werken. Heel waardevol en tevens noodzakelijk als je veranderingen werkelijk wilt doorvoeren. Maar ook lastig om dit in een zakelijk markt te verkopen.



Binnen JCI Nederland kreeg ik de kans om een coachingsopleiding te volgen waarbij gebruikt werd gemaakt van een ondersteunend instrument genaamd Insights Discovery ©. Zelf ben ik nooit zo'n voorstander geweest van instrumenten. Tijdens de training is het leuk en geeft het veel inzichten, maar hoe draagt dit bij aan blijvende veranderingen op de werkvloer?



Met name JCI Leiden heeft mij de kans gegeven om met dit instrument te experimenteren. Hierdoor ben ik zo enthousiast geworden over de eenvoud en impact van dit instrument dat ik *Insights Discovery* © inmiddels ook binnen VALENT ontwikkeling inzet als ondersteunend leerinstrument. Dit heeft mij zelf al veel opgeleverd in de zin dat het mij taal en tools geeft om -in combinatie met hetgeen ik bij Phoenix heb geleerd- in te zetten om veranderingsprocessen met blijvend succes te begeleiden.

In deze 10^e InspiratieWijzer bedank ik iedereen die de afgelopen jaren met mij mee is gelopen en daarmee heeft bijgedragen aan mijn succes! En ik draag deze InspiratieWijzer op aan al mijn cliënten die ik nu en in de toekomst uit hun comfortzone haal om ook hun doelen te bereiken.

Iedere keer realiseer ik mij dat ik nauwelijks een zakelijke toon aansla in deze e zine. In verband met de veiligheid en het vertrouwen van mijn begeleidingssessie is het niet of nauwelijks mogelijk om foto's of concrete voorbeelden aan te halen. Wat ik wel kan doen, is mijn eigen verhaal vertellen zoals ik zojuist heb gedaan. En ik mag met toestemming een tweetal voorbeeldtrajecten benoemen om een indruk te geven van mijn werkzaamheden.

Intramar insurances

Als eerste noem ik een teamontwikkelingstraject dat ik momenteel begeleid voor Intramar insurances. Dit is een verzekeringsbedrijf die zich specifiek richt op het verzekeren van risico's en verzorgen van pensioenen voor bedrijven die zich met name bevinden in de nautische sector, wereldwijd. Het bedrijf bestaat uit 1 directeur en acht medewerkers en er is potentie en ambitie voor groei. Alle kwaliteiten zijn in huis, maar het verschil in persoonlijkheid belemmert deze gewenste groei. Aan mij de vraag om de teamontwikkeling te begeleiden.

Dit traject bestaat uit een aantal workshops (ca. eens per maand 1 ochtend) en wordt ondersteund door de Persoonlijke Profielen en Team Analyses van *Insights Discovery* ©. Een tweetal workshops Persoonlijke en Team Effectiviteit maakten de specifieke knelpunten in dit team zichtbaar en bieden een kleurrijke taal om met elkaar te communiceren. Op basis hiervan heeft een aantal vervolgsessies plaatsgevonden gericht op het verbeteren van de onderlinge communicatie, het versterken van het WIJ-gevoel en het formuleren van een gedragen teamcultuur. Tijdens de workshops is aandacht voor het implementeren van het geleerde op de werkvloer.

Prachtige feedback voor mij is dat er inmiddels veel 'VALENT-momentjes' zijn binnen Intramar insurances. Deze term gebruiken de teamleden om waardevolle leermomenten aan te duiden die zij herkennen uit de teambijeenkomsten. Door te benoemen waar het mis gaat, zijn zij in staat om uit de valkuilen te blijven en de nieuw aangeleerde technieken toe te passen. Hierdoor verloopt de onderlinge communicatie beter wat ten goede komt aan de sfeer op kantoor en daarmee de uitstraling van het bedrijf.



Een mooie erkenning, waarvoor mijn dank. Over erkenningen gesproken: had ik al genoemd dat ik binnen JCI Nederland de *Insights coachingaward* heb gewonnen voor mijn inzet in 2011?



Uitreiking Insights JCI Coaching award.
V.l.n.r. Hans-Peter Visser, Renata Boltendal, Frank Buijs, Irving Kerkhof.

Camping 't Noorder Sandt

Met het team van Camping 't Noorder Sandt bereikten we tijdens een tweedaagse trainingssessie ook een prachtig VALENT-moment waarbij de teamleden zich diepgaand met elkaar verbonden voelden. En mijn vraag aan de directrice Désirée van Kalsbeek luidde: 'hoe kan ik dit nu verkopen?' 'Nee, dat gaat ook niet was het antwoord', maar ik mag wel het gemiddelde cijfer van 9,4 noemen wat de deelnemers aan deze trainingssessie gaven.

De leervaag in dit team was met name gericht op het functioneren onder druk: Hoe kunnen we tijdens de topdrukke op de camping een zakelijke houding waarborgen? Best een grote vraag wanneer ik je vertel dat dit team bestaat uit een moeder en vijf van haar kinderen die gezamenlijk de camping runnen. Hoe blijf je uit je primaire gedrag als je zo dicht bij elkaar staat?



Best spannend voor mij ook om een familiebedrijf te begeleiden, maar ontzettend mooi om te zien welke diepgang we hebben bereikt. Dit is wat Hotze Richter (sinds kort mede-eigenaar) over hun tweedaagse zegt:

Na de 2 dagen training die wij hebben gehad, voel ik mij nog meer verbonden met de rest van het team en heb ik geleerd om beter naar hen te luisteren. Zo benut ik de kwaliteiten van mijn collega's waarin ik zelf minder competent ben. Door gebruik te maken van alle krachten binnen ons team bereiken wij een nog betere beleving voor de gast. Want de gast staat centraal binnen onze organisatie.

Tevens heb ik persoonlijke groei doorgemaakt doordat ik beter inzicht heb in mijn karakter. Vaak doe ik dingen te snel. Door het rustiger aan te pakken gaat het beter. Mijn persoonlijke lijfspreuk is dan ook geworden "doe het rustig, dan doe je het goed." Door hier aan te denken tijdens projecten, overzie ik de zaken beter.

Hotze Richter
Mede-eigenaar Camping 't Noorder Sandt

Sprookjes

Wat heeft dit alles nu met de titel van deze InspiratieWijzer te maken? Spiegeltje, spiegeltje aan de wand.... Het gaat hier ten slotte om real life en niet om het sprookje. Toch is het juist het sprookje waarin we vaak gevangen zitten. De eerste levensjaren schrijft ieder mens onbewust zijn of haar levensscript om dit vervolgens na te gaan leven. In de InspiratieWijzer van juli 2011 schreef ik al eerder over de invloed van scriptboodschappen op je (werkzame) leven. In het sprookje van Sneeuwitje komt een boze stiefmoeder voor die zichzelf graag bevestigd ziet in haar spiegel:



Hoe heerlijk is het om bevestigd te worden in datgene waar je goed in bent, in dit geval mooi zijn. En hoe bedreigend is het wanneer een ander je daarin voorbij streeft! Als jouw script voorschrijft dat je de mooiste (of de beste) moet zijn, dan moet iedereen die dit in gevaar brengt uitgeroeid worden.

Zo gaat dat in dit sprookje; maar let op: iedereen leeft zijn eigen unieke sprookje! Dit levert je kwaliteiten op om ergens in uit te blinken, ook wel talenten genoemd. Maar soms is het script beperkend en is er behoefte aan verandering. In dat geval is het van belang om je bewust te worden van jouw eigen sprookje, cq. jouw eigen levensverhaal om na te gaan waar het knelt.

Succesvol veranderen

Bewustwording is altijd de eerste stap als het gaat om het succesvol doorvoeren van veranderingen. Een coach kan hierbij ondersteunen waarbij ik zelf de volgende definitie hanteer:

COACHEN IS ...

Het afleren van oude gedragpatronen die in de huidige (werk)situatie niet meer gewenst of disfunctioneel zijn.

Maar met inzichten alleen ben je er nog niet. Onderdeel van het coachen is het doorleven cq. veranderen van het script zodat er nieuwe mogelijkheden ontstaan. Pas daarna staat de weg open voor training.

TRAINEN IS...

Het aanleren van nieuwe vaardigheden.

Ik wil hierbij benadrukken dat geen enkel mens in 1 dag is opgegroeid; heeft leren praten, lopen, fietsen of lezen. Dit vraagt tijd en gaat met vallen en opstaan. Houdt er dus rekening mee dat het tijd kost om veranderingen door te voeren. Net zoals bij zakelijke veranderingen het besluit soms snel is genomen, de implementatie kan om extra tijd en aandacht vragen. Coaches en trainers zijn geen tovenaars zoals die in sprookjes voorkomen. De real life coaches hebben in mijn optiek een eigen verhaal wat zij hebben uitgezocht ten dienste van hun cliënten. Let daarop als je een coach vraagt om je te begeleiden!

De betekenis van sprookjes is dat zij prima gebruikt kunnen worden voor het onderzoeken van het eigen levensscript. Het gaat om het zogenaamde 'spiegelen' om van daaruit de verandering in te zetten. Naast sprookjes kun je ook kleuren, dieren, spreuken, helden of idolen, magazines of wat dan ook gebruiken. En zoals reeds genoemd zijn er goed uitgewerkte modellen die leerprocessen ondersteunen. Vanuit z'n eenvoud (m.b.v. slechts vier kleuren kan ik vele problemen verklaren!), aansprekende werkvormen en bewezen hoge impact werk ik zelf graag met Insights Discovery ©.

van eigen waarde naar meer waarde



Het instrument is nooit het doel, het is een middel om het doel te bereiken waarbij -in mijn ogen- vakmanschap de meeste belangrijke voorwaarde voor succes is.

Kom uit je comfortzone!

In deze InspiratieWijzer heb ik op hoofdlijnen twee voorbeelden gegeven van opdrachten die ik zoal uitvoer. Iedereen die zelf wil ervaren wat persoonlijke ontwikkeling betekent, is welkom op de **Levenskunst** van **23 februari 2012: Er was eens...** Vier keer per jaar houd ik Levenskunst-bijeenkomsten waarbij ik concrete oefeningen begeleid die ik ook in mijn begeleidingssessies gebruik. Geïnteresseerd? Klik op deze [link](#) voor meer informatie.

En zit je met een vraagstuk waar je liever één op één eens over wilt sparren of de mogelijkheden wilt bespreken? Dan nodig ik je van harte uit om eens een afspraak te maken! Komend jaar heb ik namelijk als doel om vooral te genieten van hetgeen ik tot op heden bereikt heb waarbij ik ruimte heb om individuen en teams binnen ondernemingen te begeleiden.

Ik zal de mogelijkheden (o.a. lezingen professionele communicatie en kleurrijke communicatie) eens goed verwoorden op mijn website en houdt twitter in de gaten, want ook hierop ben ik sinds kort actief!



Twitter
Vind mij '@Renata Boltendal'
of klik op deze [link](#).



LinkedIn
Zoek op 'Renata Boltendal'
of klik op deze [link](#).

Als afsluiting een persoonlijke foto: namelijk die van de Nieuwjaarsduik van JCI 't Nieuwe Diep. Aangezien deze serviceclub mede als doel heeft om haar leden te ontwikkelen, wordt jaarlijks een nieuw bestuur gekozen. Het bestuur voor dit jaar had bedacht om 2012 in te gaan met een Nieuwjaarsduik. Nu is dat iets wat wel op mijn verlanglijstjes stond om ooit eens te doen, maar ieder jaar schoof ik dat voor mij uit. En nu moest ik er dan echt aan geloven.



Ik kan je vertellen dat ik twee weken weerstand heb gevoeld. Niet omdat ik het niet wilde doen, wel omdat ik het lastig vind iets te moeten doen (de ander heeft de regie) waarbij mij het doel niet duidelijk is. Met moeite heb ik besloten om er toch voor te gaan en wat blijkt?

Het was hartstikke leuk en inmiddels weer opgewarmd is mij het doel ook duidelijk. Want wat ontstaat er een verbinding en saamhorigheid als je met elkaar zoiets zots iets doet! Bedankt voor de ervaring!



Een warme groet!

Ing. Renata M. Boltendal

Januari 2012



✉ Saturnus 20 | 1785 DX Den Helder | ☎ 0223-66 98 01 | 06-38 90 96 58
📧 info@valentontwikkeling.nl | 🌐 www.valentontwikkeling.nl