

NLP For Business Opdracht 5

Ben je er klaar voor?

Je gaat met deze opdracht je hart openen voor jezelf.

Leiders die niet alleen nu zakelijk succesvol zijn, maar ook blijven, hebben een hoog niveau van zelfinzicht en een goed gevoel voor balans. Ze kunnen goed reflecteren, zijn kritisch en creatief.

Verder kennen zij hun zwakke kanten en schrikken er niet voor terug dit te delen met anderen.

Zij begrijpen dat communicatie en zakelijk schakelen alles met psychologie te maken heeft.

In de eerste plaats dat hun eigen psychologie het fundament vormt.

[Hoofdstuk 1 vanaf pagina 41 past bij dit onderwerp.](#)

Een van hun geheimen is doelen stellen die strookt met hun passie en die al hun levensgebieden bestrijkt.

Zij weten wat ze willen en *waarom* zij het willen!

Succes is voor iedereen anders.

Het komt er op neer dat succes een ervaring is van het verenigen van je hoogste waarden.

Het is ervaren dat intentie, gedrag en gevoel coherent zijn met elkaar.

Je opent de mogelijkheid om wijzer te worden dan je gewoonten, je gedachten en je gevoelens en *sterker dan de context* waarin je dagelijks begeeft.

De een zal daardoor zijn doelen naar beneden bijstellen en de ander meer naar boven.

Kijk ter inspiratie film 7 van Alan Wats.

Vier stappen als basis voor je doelen.

1. Wie was je voordat jij jezelf werd?

Laat je gedachten de vrije loop en herinner je eens de dingen waar je blij van wordt ...nu, vroeger en als kind.

Schrijf dat allemaal op.

2. Jouw Helden

Ga eens na wie je bewondert, wie is of was je voorbeeld, je held. Dat kan iemand dichtbij zijn maar ook een acteur, een televisie persoonlijkheid, een filosoof, een muzikant of een mens met een bijzondere eigenschap.

Iemand die jou raakt.

Misschien heb je er meer dan eentje.

Schrijf op wie dat is of zijn en wat je precies zo bijzonder vindt.

Stel je alvast voor hoe het zou zijn dat jij dezelfde capaciteiten bezit.

Wat zou dat betekenen?

Wat wordt er dan mogelijk?

3. Collage maken

Je gaat plakken scheuren en knippen in tijdschriften.

Trek alles los wat je aanspreekt, waar je iets mee hebt.

Doe het vrijuit en heb vooral veel plezier bij het samenstellen van deze collage.

Als je klaar bent heb je een visuele voorstelling van je outcome sequitor.

4. Maak een groot levenswiel.

Verdeel dit wiel in allemaal levensgebieden (zie pagina 48)

Bepaal in hoeverre jij jouw *Outcome sequitor* in dit levensgebied ervaart.

Wees zo eerlijk mogelijk...en weet dat goed de vijand is van *geweldig* of *fantastisch*.

Dus wees niet te bescheiden en niet te royaal.

Maak een aanduiding van een schaal van 0-10.

Waarbij 0 voor geen enkel *outcome sequitor* gevoel staat en een 10 het top niveau.

Neem je uitkomst mee naar blok 1.
Streep alvast aan waar je ontwikkelingskans en wens ligt.
We gaan samen aan de slag om je doelen SMART te maken.

Heel veel plezier met deze stap!

TIP

*Zelf ben ik fan van een gratis app genaamd Balance.
Je kunt op eenvoudige manier je doelstellingen erop verwerken.
Zo blijf je makkelijker op koers!*

Groet van Jose Schaeffer