



chris
mulder

Eigen ontdekkingsreis

Je leven een wending geven? Spannend. Maar vergeet één ding niet: neem je omgeving mee in je ontdekkingsreis. Je werkt al geruime tijd voor dezelfde baas, in dezelfde setting. Het gaat z'n gangetje, niks mis mee. Of het was al een tijd niet leuk meer, gaandeweg werd het echt vervelend.

Steeds vaker merk je dat je aandrang krijgt het roer om te gooien. Je taalt niet naar een aanpalende functie, maar wilt echt iets anders. Misschien wel weg bij het bedrijf. Waah! Je schrikt van je eigen dagdroom. Hoe moet dat met het inkomen, het pensioen, de studie van de kinderen? Het maalt maar door in je hoofd.

Het domste wat je kunt doen, is je twijfels, dagdromen en overpeinzingen voor je houden. Als jij je vrienden, collega's en kennissen niet tijdig of onvoldoende betreft bij je ontdekkingsreis, worden ze onzeker. Ze reageren vanuit hun eigen bezorgdheid of ook wel frustratie. 'Wil jij het onderwijs in? Je hebt niet eens een akte!' 'Een studie kunstgeschiedenis? Je bent nog geen 65 toch?'

Doe jezelf en je omgeving een plezier, en deel. Vraag advies, vraag informatie, vraag oordelen. Dat houdt je weg bij het gekwaak. Neem eventueel een (gecertificeerde) coach. Net zoals jij moet wennen aan het feit dat jij de eindfase niet kent, zo heeft je omgeving daar ook de tijd voor nodig.

Zoek echt contact. Dus niet via Whatsapp of Facebook. Als je echt het contact aangaat, krijg je eerlijker antwoorden. Je krijgt opties die je zelf nooit bedacht had. Hulp waarop je nooit gere-

kend had. De bevestiging is een echte, het advies welgemeend.

De oogopslag, het timbre, de lichaamshouding, de aanraking onderstrepen of ondermijnen de boodschap. Kijk maar eens naar Louis van Gaal en Guus Hiddink. Van Gaal kan een bewogen prater zijn, Hiddink geeft zijn woorden fysieke kracht mee door de spelers te duwen en te draaien. Dat verbindt nog sterker.

Anderen geven je ook een andere kijk op de wereld. Misschien was je wereld erg zwart-wit geworden, en krijg je een zet richting de nuance. Het vergt moed om je daarvoor open te stellen. Net zoals het moed vergt je eigen paradigma's te *shiften*.

Blijf ondertussen voorbereid op afwijzende reacties. Jouw stap kan angstig maken. Toen ik besloot mijn prachtige carrière bij een wereldconcern op te geven, vond mijn vader mij op z'n zachtst gezegd niet moedig, maar waarschijnlijk schrok hij omdat ik mijn zekerheden opgaf. Terwijl ik de held van de week was in de ogen van mijn allernaasten.

Veel van mijn cliënten waren altijd vanzelfsprekend succesvol. Ze waren zeker succesvol langs de weg van de aanpassing. Des te groter de verrassing én de trots dat ze minstens zo succesvol bleken langs de weg van de zelfvinding. Nog één ding: beperk de wending niet tot je hoofd. Kom fysiek in beweging. Voor de nieuwe balans zijn lichaam en geest even belangrijk.

> mulder@lc.nl

Chris Mulder is directeur van CMMC Management Consulting, gespecialiseerd in crisisinterventie en directiecoaching.