

Vijf vijanden die jou droom(baan) in de weg staan (I)

Het kost meestal heel wat moeite om te ontdekken hoe je je leven en werk wilt inrichten. Om woorden te geven aan je dromen. Maar het is nog een heel ander verhaal om er iets mee te gaan doen. Er zijn heel wat blokkades die je kunnen tegenhouden om je droom te gaan leven.

Zelfs al zit je op de goede weg, je wordt overreden als je gewoon blijft zitten

De blokkades waarom je niet in beweging komt, zul je zelf moeten aanpakken. Dit zijn de vijanden die je van je droom afhouden. Vijanden die uiteindelijk je droom laten sterven. Ze staan jou in de weg om dat te gaan doen wat je graag wilt.

Daarom een blogserie over vijanden die jouw droom(baan) in de weg staan. In deze blog vijand nummer 1

De eerste vijand die jouw dromen in de weg staat is de dief van luiheid!

Waarom noem ik dit de dief van luiheid en niet alleen luiheid? Omdat ik maar heel weinig mensen tegenkom die niet hard werken.

Vraag aan tien willekeurige mensen op straat 'Ben je lui?' Van negen krijg je zonder dat ze erover hoeven na te denken het antwoord 'Nee!'



Of vraag aan iemand hoe het gaat. De kans is heel groot dat de reactie is: *'Druk.'* En meestal vertellen ze ook expliciet waar ze overal druk mee zijn en hoe weinig tijd ze daarom hebben. En dit klinkt vaak heel aannemelijk.

Maar, **je kunt het heel druk hebben en nog steeds lui zijn omdat je de 'cruciale activiteiten' vermijdt die je wel zou moeten doen.** Ik zeg heel bewust 'cruciale activiteiten' omdat niet alle activiteiten van gelijke waarde zijn.

Cruciale activiteiten zijn die activiteiten die echt belangrijk zijn

Je kunt dus **de dief van luiheid jouw kostbare tijd laten stelen** door ervoor te zorgen dat je het heel druk hebt en dus niet toekomt aan je cruciale activiteiten. En alleen jij kunt deze dief voeden door nog meer activiteiten in je leven toe te laten zodat je het nog drukker krijgt. Zodat je het veel te druk hebt om aan de slag te gaan met jouw droom(baan).

De dief van luiheid zorgt dat je het heel druk hebt en berooft je van je cruciale activiteiten

Soms zijn dit activiteiten die **heel eenvoudig zijn in te schatten als onnodig.** Zo heb ik mijn Social media overdag uitstaan zodat ik niet steeds uit mijn workflow raak.

Maar soms ligt dit ook minder eenvoudig en moet je er bijvoorbeeld **bewust voor kiezen** om niet bij alle vergaderingen aanwezig te zijn. Om niet op de hoogte te zijn van alle besluiten. Of om een deel van je werk uit te besteden omdat iemand anders dit ook prima kan. Of gewoon stoppen met een activiteiten en kijken wat er dan gebeurt.

Wil jij jouw droom realiseren? Reken dan af met de dief van luiheid.

En maak twee keuzes die jou in staat gaan stellen om jouw droom(baan) te gaan realiseren.

Stop met te kiezen voor uitstelgedrag.

Iedereen maakt zich wel eens schuldig aan uitstelgedrag. Maar uit onderzoek blijkt dat één op de vijf mensen – en dat geldt in alle culturen – hier echt ernstig last van heeft: **De chronische uitstellers.**

Twintig procent van de bevolking schuift structureel zaken voor zich uit.

Hun uitstelgedrag heeft invloed op alle gebieden in hun leven. Ze doen hun belastingaangifte niet op tijd. Ze wachten tot kerstavond om hun kerstinkopen te doen. Ze wachten tot het laatste moment om hun opdrachten voor school af te maken of schuiven dat lastige gesprek voor zich uit. Hierdoor missen ze veel kansen, want ze zijn altijd laat met hun cruciale acties. **Ze komen daardoor in financiële problemen, raken hun baan of vrienden kwijt of zien zelfs hun relatie spaaklopen.**



Maar het is opmerkelijk dat deze **uitstellers vaak geen luie mensen blijken te zijn. Ze zijn meestal het drukste van allemaal!** Maar ondanks het feit dat ze het druk hebben, laten ze de cruciale activiteiten liggen. Er is dus een verschil tussen druk hebben en cruciale activiteiten.

En wat nog verbazingwekkender is dat **het druk hebben een doel op zich kan worden.**

Het druk hebben kan een doel op zich worden omdat dit een excuus geeft om cruciale activiteiten uit te stellen.

Daarom heb ik mij zelf het **24-uurs principe** aangeleerd. Als ik een cruciale activiteit wil ondernemen zet ik binnen 24 uur de eerste stap. Ik

was ooit een expert in het uitstellen. Ik was goed in het bedenken van redenen waarom ik een cruciale actie op dat moment niet kon doen.

Wil jij afrekenen met uitstelgedrag? Bepaal wat jouw cruciale activiteiten zijn en zet vandaag de eerste stap. Nog concreter: **Doe het nu, voordat je verder leest.**

Kies niet meer voor het comfortabel compromis

Het comfortabel compromis zorgt ervoor dat we **goed over ons zelf voelen en het houdt ons bezig**. Maar het zorgt voor weinig echte resultaten. Het wordt gekenmerkt door veel woorden en weinig daden.

Het comfortabel compromis sust ons geweten

Het comfortabel compromis sust ons geweten en geeft ons het gevoel dat we onze plicht hebben gedaan, terwijl we in werkelijkheid maar een fractie van onze mogelijkheden hebben bereikt of misschien wel helemaal niets.

Het comfortabel compromis is zorgwekkender dan uitstelgedrag

Want als we dingen uitstellen, weten we tenminste nog dat we iets moeten doen. Bij het comfortabel compromis ben je ervan overtuigd dat je je plicht hebt gedaan.

Hoe herken je het comfortabel compromis? Aan het woord 'Maar'. Je weet wat je droom(baan) is maar... En dan volgen de plausibele redenen waarom je je droom(baan) nog niet hebt bereikt. En waarom je nog niet in beweging bent gekomen.

Let vooral op de uitleg na 'maar.' Dit is meestal een aannemelijk verklaring en anderen begrijpen je. Je krijgt instemming en goedkeuring om niet je droom achterna te gaan.

Gebruik je creativiteit voor oplossingen in plaats van het comfortabele compromis

Ik verbaas me soms over de creatieve redenen waarom mensen niet in beweging hoeven te komen. Er wordt veel afgeschoven op te druk, anderen die meer talentvol zijn, diploma's, financiële risico's, leidinggevende die niet wil etc. **De meeste redenen zijn gewoon oplosbaar.** Het is niet altijd eenvoudig maar als je een derde inschakelt om mee te denken blijken de blokkades meestal gewoon oplosbaar.

Reken daarom af met het comfortabel compromis. Leg je comfortabele compromis voor aan iemand die eerlijke feedback durft te geven en kom in beweging.

Maak gebruik van de kracht van urgentie

Stel dat ik jou een miljoen euro zou geven als jij je droom(baan) weet te realiseren. Denk je dat je dan een manier zou vinden om dit voor elkaar te krijgen?



De kans is groot dat je even de tijd neemt om hierover na te denken maar al snel met een 'ja' komt. **Je ziet nog wel beren op de weg, maar de beloning maakt het gevecht meer dan waard.** De beloning zorgt ervoor dat de uitvoering urgent wordt.

Dan reken je af met uitstelgedrag en sluit je geen comfortabel compromis. Dan ga je voor de beloning. Je gaat voor het miljoen.

Maar als jij je droom(baan) weet te realiseren omdat je een miljoen euro kunt verdienen, kun je het ook realiseren zonder deze beloning.

Urgentie zorgt ervoor dat je in beweging komt

Wil jij je droom(baan) realiseren? Maak het urgent en reken af met de dief van luiheid. Stop met uitstel gedrag. Beëindig je comfortabele compromissen. Ga leven vanuit de 24-uurs regel. Zet de eerste stap, ook al is deze klein. Kom in beweging!



Je wil wel maar weet dat je een duwtje in de rug nodig hebt? Overweeg dan de **persoonlijke loopbaancoaching De [Talenttraining](#)** of pak dit op als team met de **[Talentgerichte Teamtraining](#)**.

In de volgende blog : De tweede vijand die je droom(baan) in de weg staat.