

# Hoe kun je dromen werkelijkheid laten worden?

Hoe kun jij je dromen werkelijkheid laten worden? Hoe kun jij voorkomen dat je later spijt krijgt van de keuzes die je nu niet maakt. Terwijl je diep van binnen weet wat je passie is en waar je voor wilt gaan?

*'Ik heb geen plezier meer in mijn werk en ik wil wat anders, maar...'*

Dit is wat ik vaak hoor als aanleiding voor loopbaancoaching. **De wil om te veranderen is aanwezig maar je ervaart blokkades.**

De allereerste vraag die je voor jezelf moet beantwoorden is 'Wat wil ik echt?' **Is jouw droom een vlucht of een vrucht van je verleden?** Als je dit helder hebt kun je vervolgens aanlopen tegen de volgende items die je tegenhouden om je dromen werkelijkheid te laten worden:

- Kan ik het wel?
- Durf ik bestaande zekerheden los te laten?
- Durf ik te gaan voor die baan of onderneming waar ik altijd al van heb gedroomd?
- Durf ik het verleden los te laten?

*Velen van ons verlangen naar een nieuwe toekomst, maar blijven toch vast houden aan het verleden.*

Niemand kan jouw toekomst voorspellen. **Je moet zelf bepalen welke toekomst je wilt, wat je wilt najagen en wat voor toekomst je wilt creëren.** Maar hoe kun jij je dromen werkelijkheid laten worden? Er zijn veel stappen die je kunt nemen. Het durven loslaten van je verleden is één van de belangrijkste.

*Als je leeft in het verleden, sterf je voor je toekomst*

## Inhoudsopgave:

1. [Is onze toekomst een verlengstuk van ons verleden?](#)
2. [Blokkeer de weg terug](#)
3. [Houd je rugzak licht](#)
4. [Neem mee wat waardevol is](#)
5. [Laat los wat je los kunt laten](#)
6. [Gooi niet je eigen glazen in](#)
7. [Je toekomst in het verleden](#)
8. [De kracht van de eerste kleine stap](#)

# Is onze toekomst een verlengstuk van ons verleden?

**Als we niet opletten, is onze toekomst simpelweg een verlengstuk van ons verleden.** Je kunt het vergelijken met het natuurlijke domino-effect van de momenten die zijn geweest op datgene wat nog voor je ligt. En vaak genieten we ook van deze voorspelbaarheid en sleur als het leven gewoon z'n gangetje gaat. We weten tenminste waar we aan toe zijn.



Maar die momenten waarop je dit bewust onderbreekt of wanneer dit wordt verstoord, kunnen van hele grote waarde zijn. Momenten waarop we gaan voor de toekomst waar we altijd van gedroomd hebben. Als we moeten kiezen voor het verlengen van ons verleden of het creëren van een nieuwe toekomst.

*Ik weet nog dat ik een groep trainde die wegens tegenvallende bedrijfsresultaten plotseling ontslag hadden gekregen. Sommige zelfs na meer dan 25 jaar dienstverband. Dit was heel ingrijpend. Maar gelukkig hebben ze hun boosheid en verwarring kunnen omzetten in een nieuwe drive. Ze hebben allemaal een nieuwe baan gevonden. Dit was niet altijd eenvoudig. Achteraf hoorde ik de volgende reacties: 'Ik vind het nog steeds waardeloos hoe het is gegaan, maar nu heb ik wel die stappen genomen naar mijn nieuwe toekomst die ik anders nooit had durven nemen.'*

## Blokkeer de weg terug

Als jij jouw dromen werkelijkheid wilt laten worden is het belangrijk om het verleden achter je te laten. Verklein het risico dat je kunt terugkeren naar het leven wat je in eerste instantie niet meer wilde. Zolang je een back up plan hebt om naar terug te keren, dan is dat de richting waarin je jezelf weer zult bewegen als het moeilijk wordt. Als je dus een plan B hebt om terug te keren naar je oude leven, dan is dus de kans heel groot dat je hiernaar terugkeert.



Zorg dat je wel een plan B of C hebt, maar laat dit alternatieve plannen zijn gericht op je toekomst. Gericht op het nemen van stappen om dat te bereiken wat je in gedachten had. Ook al is de weg ernaar toe anders dan je in eerste instantie dacht.

*Ga jij voor wat je echt wilt, of neem je genoeg met minder?*

---

## Houd je rugzak licht

Maar moet je dan al je schepen achter je verbranden? Nee, het is juist belangrijk om eerst onderscheid te maken tussen wat van waarde is om mee te nemen en wat je los moet laten.

Als je gericht bent op het realiseren van je dromen, is het wijs om niet te veel bagage uit het verleden mee te nemen op je reis ernaar toe. Neem het meest noodzakelijke mee en zorg dat je wendbaar bent. Zorg dat je je handen vrij hebt om je toekomst te gaan realiseren.



*10 jaar geleden ging ik met een groep van 8 mannen mee naar een survival karakterweekend. We kregen vooraf een lijst wat we mee mochten nemen met het advies 'hoe minder hoe beter'. Eén persoon uit onze groep had alles perfect voor elkaar om in de natuur te overleven. We waren best jaloers totdat we zagen hoeveel energie het hem kostte om al zijn spullen het hele weekend mee te zeulen door de bossen.*

## Neem mee wat waardevol is

**Wat zijn de waardevolle dingen om juist wel mee te nemen?**

- **Je talenten!** Ga de toekomst tegemoet vanuit je talenten. Check of jij je dromen en plannen kunt uitvoeren gezien jouw talentenpallet en niet vanuit wishfull thinking.
- **Je rijkdom van jouw ervaring.** Maak dankbaar gebruik van elke ervaring uit je verleden. Denk daarbij aan zowel je werkervaring als je levenservaring. En vergeet ook niet je negatieve ervaringen. Die geven aan wat je in ieder geval nooit meer wilt.
- **Jouw drijfveren!** Wat motiveert jou? Welke waarde heb jij altijd al willen toevoegen aan de omgeving waar jij leeft en werkt?
- **Waardevolle relaties.** Mensen waar jij je veilig bij voelt en die vanuit respect en waardering mogen inspreken op je leven. Die je positief feedback durven te geven. Zij kunnen jou helpen om jouw plannen te laten slagen.



# Laat los wat je los kunt laten

Durf je het volgende los te laten omdat dit jou beperkt in het realiseren van je dromen?

- **Materiele zekerheden.** Het is niet mijn advies om dit zomaar even op het spel te zetten. Maar bij veel dromen blijkt helaas dat de angst voor inkomen, huis, auto, vakanties etc. een hele grote blokkade te zijn om echt te gaan voor de droom die je wilt naleven. Daarom is het belangrijk om jezelf de vraag te stellen: Wat heeft in mijn leven prioriteit? Langdurig geluk of materiele zaken? En materie kan zeker bijdragen aan je geluk maar voorkomt dat dit je voorwaarde is voor geluk.

*Ik coachte Erik die veel stress ondervond in zijn huidige baan. Hij solliciteerde bij een ander bedrijf voor een baan die helemaal voldeed aan zijn wensen, maar hij zou per maand netto € 175,- minder verdienen. Dit was een heel bedrag maar hij kon deze verlaging opvangen. 3 weken lang heeft hij geworsteld en uiteindelijk heeft hij de knoop doorgehakt voor deze baan. En tegen alle verwachtingen in heeft hij binnen 2 jaar dankzij een paar salarisverhogingen dit nadelig verschil volledig weten weg te poetsen.*

- **Relaties met mensen die jou vasthouden in het verleden.** Vaak weet je wel wie jou tegenhoudt in het realiseren van jouw plannen. Laat deze relaties los of vul ze anders in zodat je in je toekomst kunt stappen. Helaas, dit kunnen ook goede relaties zijn die je tegenhouden om die offers te brengen die horen bij het realiseren van jouw droom.
- **Kom vrij van de verwachtingen van anderen.** Veel te vaak leven we naar de verwachtingen van anderen en laten we dit onze toekomst bepalen. Denk aan verwachtingen van je ouders, docenten, werkgevers of collega's. Maar ook verwachtingen die je jezelf hebt opgelegd.
- **Identiteit die voortkomt uit succes.** Als je identiteit voortkomt uit je succes, dan ga je verliezen zodra er mislukking op je pad komt. Je gaat twijfelen aan jezelf in plaats van tegenslag te zien als een mogelijkheid om nieuwe dingen te leren. Als je dromen gebaseerd zijn op jouw talenten, de rijkdom van jouw ervaring en voortkomen uit jouw drijfveren, zul je in staat zijn om moeilijke perioden te overwinnen.



*Wat je doet, komt voort uit wie je bent. Maar wie je bent moet los staan van wat je doet.*

**Het (h)erkennen en loslaten van identiteit gebaseerd op je succes is heel lastig.** Ik weet van mezelf dat ik soms heel gevoelig ben voor wat anderen vinden van wat ik doe. Hoe los ik dit op? Ik kies er dan bewust voor om terug te gaan naar de kern: hoe kijken mijn vrouw en mijn kinderen tegen mij aan. Zij zien wie ik werkelijk ben. Het publiek hoort en ziet alleen wat ik doe.

## Gooi niet je eigen glazen in

**Er is verschil tussen je verleden los laten of je schepen achter je verbranden en je eigen glazen ingooien.** Het is gevaarlijk om roekeloos om te gaan met dingen waar je later weer mee te maken krijgt.

**Ga vooral heel wijs om met relaties.** Als je een (arbeids)relatie beëindigt, doe dit dan zonder boosheid en rancune. Als jij de ander respectvol behandelt, is de kans groot dat ook jij met respect wordt behandeld. En soms kom je elkaar later of in een andere setting opnieuw tegen.

---

## Je toekomst in het verleden

**Soms is het verleden achter je laten niet zozeer ervoor weglopen maar meer erboven uitstijgen.** Je gebruikt je negatieve ervaringen uit je verleden en buigt dit om naar een gepassioneerde droom. Je kent vast wel de voorbeelden van ex-verslaafden die verslaafden helpen om af te kicken. Of een ex-prostitutuee die prostitués begeleidt om uit de prostitutie te stappen.



Zo heeft kickboxkampioen en ex-drugsbaron [Joop Gottmers](#), de keuze gemaakt om de criminaliteit radicaal achter zich te laten. Hij gebruikt zijn levenservaring en reist door heel Nederland naar (sport)scholen en gevangenissen en waarschuwt nu jongeren voor de gevaren van drugs.

Maar denk ook aan de minder extreme voorbeelden.

Iemand waarvan op jonge leeftijd plotseling een broertje of zusje overlijdt, ontdekt dat er geen goede begeleiding is en zich daarom toelegt op rouwbegeleiding voor dit soort situaties.

Of iemand die is gepest op de lagere school en daarom een training ontwikkeld om jonge kinderen weerbaar te leren worden.

Of je wordt geconfronteerd met een ziekte die je levensinvulling zwaar beperkt: je ontdekt dat veel meer mensen hier mee te maken hebben die niet weten hoe ze hiermee moeten omgaan terwijl er wel goede alternatieven zijn.

Het verschil is dat je verleden niet meer bepalend voor je is. **Je bent geen slaaf of gevangene meer van het verleden.** Het is heel krachtig om een andere toekomst te creëren vanuit het verleden. Je inspireert anderen en geeft ze hoop hoe ze hun verleden kunnen loslaten. Je laat ze de weg zien hoe ze vrij kunnen worden van hun verleden.

---

## De kracht van de eerste kleine stap

Het allerbeste wat je vandaag kunt doen om je droom tot werkelijkheid te laten worden is een keuze maken. **Of je het je realiseert of niet, elke keuze die je maakt heeft effect op je toekomst.** Keuzes maken is het materiaal waarop je toekomst gebouwd wordt.

Je kunt je keuze om het verleden los te laten nog even voor je uitschuiven omdat je er nog diep over na wilt denken of alle Voors en Tegens tegen elkaar afwegen. Allemaal goede redenen om je besluit nog even uit te stellen. Maar **het beste advies dat ik je vandaag kan geven: Maak een keuze en zet de eerste stap.** Maak deze stap zo klein mogelijk zodat je in beweging komt. Want van stap één komt stap twee komt stap...



*Overschat niet wat je in één dag kunt veranderen. Onderschat niet wat je in een jaar kunt bereiken.*

Een paar voorbeelden van een eerste kleine stap:

- Stuur een mail naar een vriend die de opleiding heeft gedaan die je graag wilt doen en vraag naar ervaringen.
- Bel een goede vriend die ook zijn droom heeft nagejaagd en vraag hoe hij dit heeft aangepakt.
- Open een internet spaarrekening en stort hier 50 euro op voor je spaarproject.
- Plan een gesprek in met je leidinggevende om over de toekomst te praten.
- Zorg dat je je talenten in beeld krijgt – doe de Talententest.
- Vraag een goede vriend hoe die tegen jouw toekomst aankijkt.
- Maak een lijst van personen die jouw droom in de weg staan en kies hoe je dit gaat aanpakken.

Kijk naar het doel wat je wilt bereiken en plan vandaag nog de eerste stap. Overweeg vooral om er **iemand anders bij te betrekken** omdat dit jouw proces gaat versnellen

*Reken af met je verleden, bescherm jezelf in het heden en focus je op de toekomst vanuit een gezonde basis.*

**Vind je dit lastig?** Mag ik dan jou helpen om de volgende stap te zetten? Ontdek jouw talenten in de [Talententest](#) of ga direct voor de volledig online loopbaantraining: de [Talenttraining](#).