



ZELF ONTWIKKELING IS DE TREND

Dat het vak van secretaresses en managementassistenten in beweging is, zal niemand zijn ontgaan. Maar hoe blijf je zelf in beweging? Werken aan je persoonlijke ontwikkeling, inzicht krijgen in je talenten en tekortkomingen en daar je voordeel mee doen, je minnen omzetten in je plussen ... We willen het allemaal wel, maar hoe breng je dat in de praktijk?

Coach, counselor en nlp-trainer Wijnand van Colle geeft handreikingen waar je werkelijk iets mee kunt. Nu meteen als je dat wilt.

MAAR HOE DOE JE DAT?

Het behoeft geen betoog dat ieder mens uniek is. Er bestaat dan ook – helaas misschien – geen algemene techniek, oefening of handleiding die voor iedereen dezelfde positieve resultaten zal hebben. “Wat bij de een goed kan werken, zal op de ander wellicht een minimaal effect hebben”, aldus Wijnand van Colle. “Managers zijn verschillend en werknemers zijn divers. Er is dus geen gulden regel. Er is niet één oefening die eventuele problemen in één klap oplost of ervoor zorgt dat de zelfontwikkeling vanaf dan van een leien dakje gaat. Toch zijn er praktische technieken die bij iedereen toepasbaar zijn. Zoals: doe wat je zegt en zeg wat je doet. Dat klinkt logisch, maar op vrijwel elke werkvloer kom je situaties tegen waarbij dit niet gebeurt. Als je iets anders zegt dan je doet, volgen mensen wat je doet.”

“ALS IEMAND ANDERS HET KAN, KUN JIJ HET OOK”

Om je eigen persoonlijke ontwikkeling in gang te zetten, is het van belang te herkennen welke vaardigheden je mist. Wijnand: “Als je iets lastig vindt om te doen, ben je daar kennelijk niet vaardig in. Dan kun je je afvragen of je je daarin wilt bekwamen of dat je misschien niet op de juiste plek zit. In principe kun je ervan uitgaan dat je alles kunt. Als iemand anders het kan, kun jij het ook. Hoe? Simpelweg door het te leren. Door te kijken hoe een expert, iemand die dit wel goed kan, het voor elkaar krijgt. Ga een gesprek aan met een of meer van die mensen. Stel ze vragen. Hoe doe je dat? Hoe werkt dat precies?

Experts blijken vaak bereid met veel plezier hun vaardigheden te willen delen.”

BEWUST OF ONBEWUST?

Er is een verschil tussen ‘bewuste’ en ‘onbewuste’ zelfontwikkeling. Wijnand: “Het is misschien moeilijk te geloven, maar 99% van wat we doen, doen we onbewust. Het verwarrende is dat we datgene waarvan we ons bewust zijn, beschouwen als ‘het geheel’. Maar dat is dus maar 1% van wat we doen! Die kennis is belangrijk. Als je iets bewust doet, heb je keuzevrijheid. Als je je er zelf beter van bewust bent, kun je er ook beter mee omgaan en bewuster kiezen voor de reactie die je geeft.” Hoe kom je daarachter? Wijnand: “Kijk of je emotie past

bij de situatie. Reageer je té boos, té laks, té geïrriteerd op een situatie, opmerking of opdracht? Dan is er meestal wel iets anders aan de hand. In een werkverhouding kan het goed helpen als je bewust kijkt naar je eigen reacties en handelen.”

ERGEREN IS LEREN

Wanneer weet je of je dicht bij jezelf bent? En hoe blijf je daar? Wijnand: “In het algemeen geldt: je weet dat je van jezelf afraakt, als je je niet goed voelt. Wat je van binnen voelt, druk je uit. Ook dat is te sturen, bijvoorbeeld door te spiegelen. Niet zozeer als een trucje – als hij z’n armen over elkaar heen slaat, doe ik het ook – maar door oprechte interesse te tonen in een ander.

TEST JEZELF *Ga naar www.secretary-plus.nl/vision en bekijk het filmpje van Wijnand van Colle waarin hij demonstreert hoe belangrijk ‘Doe wat je zegt en zeg wat je doet’ is.*



WIE IS WIJNAND VAN COLLE?

Wijnand van Colle (1967) is nlp-coach/-counselor en als directeur en nlp-trainer verbonden aan de Nederlandse Academie voor Psychotherapie. Hij werkt als zelfstandig adviseur en projectmanager in opdracht van organisaties binnen zowel het bedrijfsleven als de overheid. Meer informatie: www.nlpmeesterschap.nl en www.academie-psychotherapie.nl.

Op die manier zal de communicatie ook beter verlopen. Als je je werkelijk ergert aan een persoon, kan ik je alleen maar feliciteren. Want in zo'n geval is de kans groot dat de ander een zogenoemde omgekeerde eigenschap van jou heeft. Daar kun je dus altijd iets van leren. Ben je je daar eenmaal van bewust, dan kun je het een ander kader geven. In plaats van je te ergeren, kun je zoeken naar wat het is waaraan je je ergert en naar wat je daarvan kunt leren."

OMGAAN MET ONZEKERHEID?

Onzekerheid ontstaat op het moment dat verwachting en realiteit erg ver van elkaar af liggen. Ook daar valt lering uit te trekken. Wijnand zegt hierover: "Een verwachting heeft eigenlijk altijd te maken met wat er in het verleden is gebeurd. Maar net als bij aandelen geldt ook hier: in het verleden behaalde resultaten bieden geen garantie voor de toekomst. Als je onzeker bent, is je verwachting misschien anders dan wat de praktijk biedt. Op zo'n moment kun je naar je eigen overtuiging kijken: hoe realistisch was die, om vervolgens te bedenken hoe je dichterbij een reële verwachting kunt komen."

DE MENSELIJKE FACTOR

Er zijn binnen bedrijven vaak massa's tools om werkmethodes te controleren. Maar al deze modellen gaan volgens Wijnand voorbij aan het feit dat mensen het moeten uitvoeren. "Op elke werkvloer is de menselijke factor de belangrijkste factor. Daarom is persoonlijke ontwikkeling zo ontzettend belangrijk. Wanneer duidelijk is welke persoonlijkheidsstructuren er op de werkvloer aanwezig zijn, kunnen de communicatie en de samenwerking en uiteindelijk ook de gehele bedrijfsontwikkeling aanzienlijk verbeteren." ■

Ga naar www.secretary-plus.nl/vision en breng de adviezen van Wijnand van Colle meteen in de praktijk!

We komen er wel

"Fijn", orakelt een vriend, "dan heeft die crisis ook een goede kant. We reizen minder en dat is beter voor onze planeet." Klinkt logisch. Maar het is larie. Hoe meer toeristen, hoe beter het is voor het natuurbehoud, verraste marien bioloog Kal Muller (mariene biologie is de tak van de biologie die zich bezighoudt met leven in de zeeën en oceanen) me twintig jaar geleden al. We zaten onder ritselende palmen op het bountystrand van het Indonesische paradijseilandje Bunaken, oneindig ver weg van de massa's. Kal betoogde: "Onder druk van spenderende toeristen verbieden Indonesiërs de Japanners om hier te blijven vissen met behulp van schokbommen en cyaankali. Door jullie zien Indonesiërs de commerciële waarde van al dat prachtigs hier, onder en boven water. Door jullie massale belangstelling ging de Balinese danskunst niet teloor, maar verfijnde die juist verder."

Mijn vriend is een beetje blijven hangen in het redden van de wereld door naaktkamperen bij de biologische boer, dansen voor de vrede, empathisch koeknuffelen en een dieet van Max Havelaarroggebrood met, vooruit dan, scharrelganzenlever. Lief allemaal, maar ik krijg daar zin van om met een Hummer over de Hoge Veluwe te gaan crossen.

Gelukkig zijn we de laatste jaren donders goed gaan beseffen dat vakantie vieren pas echt genieten is als er ook nog wat overblijft voor morgen. Er kwamen initiatieven als CO2-compensatie via GreenSeat, eco-labels en fair trade-excursies.

De Baobabs, Sawadees en Koning Apen investeerden in duurzame ontwikkelingsprojecten. Toch is het nu een beetje stil qua groen en duurzaam reizen. De Griekse grafstemming over de economie beheerst de media. Betekent dat een pas op de plaats voor verantwoord reizen? Nee, want wat blijkt? We zoeken deze winter weer massaal zon en zaligheid in verre oorden. Zo noteert TUI Nederland (Arke, Holland International) meer dan 40 procent groei in winterboekingen. Maar omdat we wel scherper op de centjes letten, zijn we veel kritischer over de kwaliteit van onze vakantiereis. Die moet in alle opzichten deugen. En dus kiest de moderne reisconsument steeds bewuster, zo signaleert de branche. Fijn, we komen er wel. Prettige vakantie!

Arjan Leenhouts is zelfstandig reisjournalist voor diverse kranten en magazines.

