

ONTDEK JE PASSIE

ZO WORD ELKE DAG
EEN FEESTJE!

M.ELODIE
in het leven

Elodie Blom
Coach voor vrouwelijke,
werkende millennials

Hi soulsearcher,

Super tof dat je dit groeiboek gedownload hebt en begonnen bent met lezen!

Graag stel ik mezelf nog even voor. Wel zo beleefd en prettig lijkt me.

Hoi! Mijn naam is Elodie! Een werkende millennial. Net als jij. Dat is overigens niet het enige dat wij gemeen hebben. Ik weet namelijk precies waar jij op dit moment doorheen gaat. Ik heb daar ook gestaan en ik weet hoe k*t dat is!

Ik had de PABO afgerond en werkte inmiddels als leerkracht op een basisschool. Het eerste jaar deed ik het vol overgave. Het tweede jaar was ook uitdagend genoeg maar bij het 3^e jaar merkte ik dat ik voldoening en nieuwe uitdagingen miste. Ik voelde mij gevangen in de school. Elke dag dezelfde collega's, hetzelfde klaslokaal waar ik les gaf en dezelfde kinderen. Dag in, dag uit. Ik merkte dat ik mijn werk leven allang geen 10 meer vond, eerder een matig 6je. En ik wilde gewoon meer!

Mijn vader sprak altijd vol lof over zijn werk en stond elke morgen vol frisse energie weer op. Hij vertelde later op de dag de dingen die hij meemaakte op zijn werk en deed dit vol passie. Ik daarentegen kon mij na een dag werken niet eens meer herinneren wat ik nu gedaan had. En ik was daar toch echt minimaal 8 uur geweest. Ik zag het nut van mijn werk niet meer in en ik wilde wat anders, maar wist gewoon niet waar te beginnen. Dit zorgde ervoor dat ik maar als leerkracht bleef werken, want was moest ik anders?

Het zorgde voor een prima inkomen en ik had tijd om rustig te kijken wat ik wel wilde doen. Dacht ik. In de realiteit was ik na een dag werken opgebrand, want inmiddels nam mijn werk al mijn energie, omdat ik het gewoon echt niet meer leuk vond. Het gevolg daarvan was dat ik geen zin en energie meer had voor mijn zoektocht, maar Netflix aanzette en in slaap viel op de bank. Morgen weer



een dag... En als ik dan wel nog genoeg energie had, dan besteedde ik dat liever aan sporten, leuke dingen doen met vriendinnen en simpelweg genieten. En zo kabbelde ik door, zonder echt actie te ondernemen.

Ik wist daarentegen eigenlijk ook gewoon niet waar ik diende te beginnen. De vragen 'wat wil ik nou?', 'wat past bij mij?' en 'waar word ik gelukkig van?' gaven mij niet de concrete antwoorden en de zekerheid waar ik naar zocht. En zo werd dit fenomeen mijn drive. Hoe kan ik dit ombuigen? Hoe kan ik gedragsverandering starten en volhouden? Het werd mijn missie om niet alleen mijzelf uit deze ongelukkige sleur te bevrijden, maar ook anderen hiermee te helpen. Daarom heb ik dit groeiboek geschreven!

Dit boek gaat jou helpen als je:

- ✓ Voelt dat er 'iets niet klopt'
- ✓ Veel twijfels hebt
- ✓ Jouw passie (nog) niet hebt gevonden
- ✓ Vastgelopen bent in je leven
- ✓ Wil doen waar je gelukkig van wordt
- ✓ Bang bent om (weer) een foute keuze te maken

Na het lezen van dit groeiboek weet jij wat **jouw passie en droombaan zijn en waar jij wel écht gelukkig van wordt**. Je leert om jezelf op nummer 1 te zetten en je krijgt hierdoor de controle (terug) over jouw beslissingen en leven. Als je je passie gaat leven zal je je vrijer, gelukkiger en weer gemotiveerd voelen. Het is tijd om echt te gaan leven, zoals jij dat wil en wat bij jou past!

Ik gun je een heerlijk,
passievol en vrij leven!

Liefs Elodie



Stap 1: waarom?

De grootste fout die wij millennials maken is dat we meteen denken “wat past er dan wel bij mij?”. Hoezo deze vraag fout is, is omdat het ervoor zorgt dat we enorm veel opties voor ons zien. Hoe meer keuzemogelijkheden, hoe minder makkelijk het is om een keuze te maken en hoe minder blij we uiteindelijk zijn als we een keuze gemaakt hebben. Het gevolg? We durven niet meer te kiezen, omdat we bang zijn om een foute keuze te maken. Of we zien door de bomen het bos niet meer en waar begin je dan? En ondertussen voel je nog steeds dezelfde vraag op je schouders drukken.

Deze vraag helpt je dus niet verder. In plaats van dat we beginnen met: wat past er bij mij? Beginnen we expres andersom. In plaats van dat we beginnen met de “wat” dat al heel specifiek is en waarbij de vorm al heel duidelijk moet zijn, beginnen we met de “waarom”. Dit is tevens ook meteen de moeilijkste stap. Ik had ook niet gezegd dat het makkelijk was, toch? 😊



Deze stap is lastig, maar ontzettend cruciaal. Het gaat erover wat jouw levensmissie is, wat jouw drive is om dingen te doen, wanneer jij voldoening ervaart en je je een meerwaarde voelt aan de maatschappij. Deze stap staat voor jouw doel in het leven en betekenisvol werk leveren. Het heeft meteen een flinke dosis diepgang.

Omdat het meteen een pittige stap is, neem ik je in kleine stapjes mee door kleine, specifieke opdrachten. Maak de opdrachten zo eerlijk (naar jezelf) mogelijk voor het beste resultaat. Deze kan je gewoon in dit document intypen.

Vraag 1: Wat wilde je als kind worden?

Wij als millennials koppelen onze tijd meteen aan nuttig. De tijd die je investeert, dient nuttig te zijn. Het moet iets bereiken. Dit is (helaas) ook typisch iets van onze generatie. Wij als millennials worden niet voor niets de prestatiegeneratie genoemd. Het moet voor ons geld opleveren, het moet betekenisvol zijn, de tijd die we investeren moet ergens naartoe leiden.

Kinderen (en ook jij als kind) hebben dit niet. Zij doen dingen puur omdat zij het leuk vinden. Ze willen meer erover leren, zijn nieuwsgierig om meer te ontdekken en laten zich niet tegenhouden.

Dus kijk eens naar jezelf toen je 7 of 8 jaar oud was... En ik benoem deze leeftijd expres, omdat in deze leeftijd er banen in je hersens worden gevormd welke je hele leven je bijblijven. Het is een cruciale leeftijd voor levensgebeurtenissen die een vast plekje krijgen in je hersenen.

Dus, wat wilde je als kind van 7/8 jaar worden?

Wat je vroeger wilde worden, was niet zomaar. Er zat iets in voor jou wat jou iets opleverde. Ik wilde bijvoorbeeld boekenschrijver worden. Hoezo? Het was creatief, ik kon mijn kennis en ervaring overbrengen en ik vond het tof om met taal bezig te zijn en het voelde voor mij als ultieme vrijheid. Dit zijn dingen die op dit moment in mijn werk ook terugkomen. Dus vandaar de vraag:

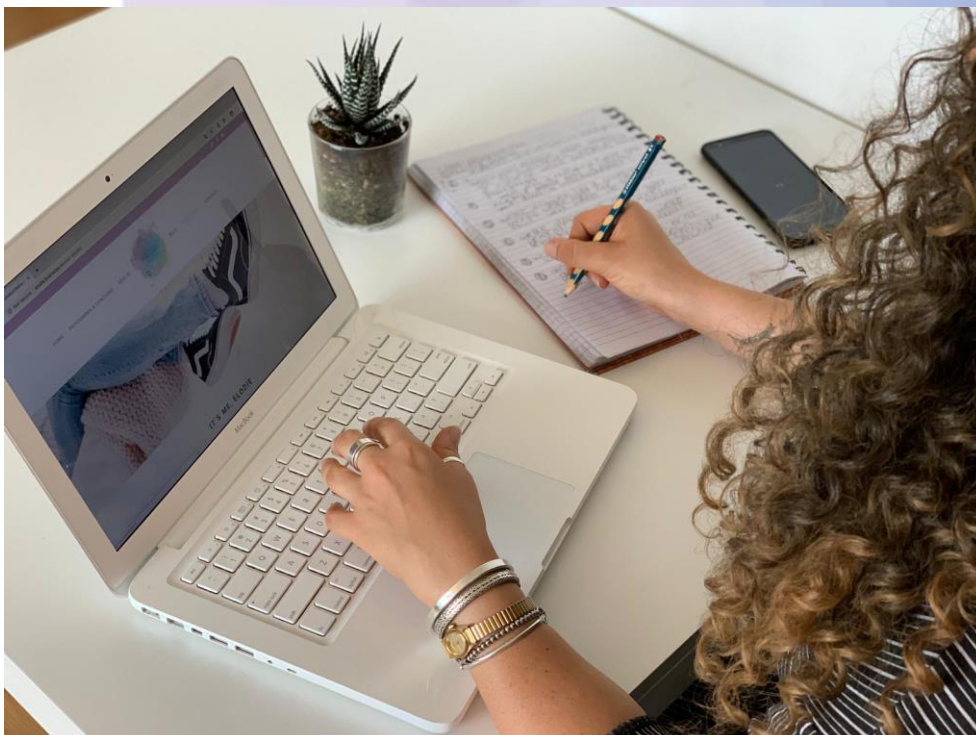
Vraag 2: Wat sprak (en spreekt) jou van jouw vroegere droombaan aan op dat moment?

Wij als mensen vergelijken onszelf continue met anderen. Dit gebeurt zowel bewust als onbewust. Om deze reden hebben wij bijvoorbeeld ook helden, mensen tegen wie wij opkijken of mensen die ons inspireren en fascineren. Dit zegt ook veel over de dingen waar wij zelf waarde aan hechten en ook graag zouden willen.

Vraag 3: Tegen wie kijk je op?

Deze vraag stelt natuurlijk niets voor, als we deze niet ook een stukje dieper bekijken. Het gaat er namelijk vooral om wat het maakt dat je dit persoon inspirerend vindt. Wat voor gedrag toont diegene? Wat heeft diegene al bereikt waar je naar opkijkt?

Vraag 4: Wat zorgt ervoor dat je opkijkt naar diegene?



Inmiddels heb je al een aantal dingen genoteerd die jou al meer informatie geven naar jouw “why”. De volgende opdracht is een opdracht waar je even rustig de tijd voor moet nemen en even diep moet graven. Niet alleen in je hersenen, maar vooral ook bij je gevoel. Tijdens de volgende opdracht ga je op zoek naar je kernwaarden. Dit klinkt nog wat zweverig, maar ik leg het je uit aan de hand van de zee.

Als je leven even moeilijk gaat en je hebt struggles, dan gaan de golven heftig op en neer. Als je leven makkelijk en moeilijk verloopt is de zee kalm en kabbelt het water enkel een beetje. Jouw kernwaarden zijn de onderstroom van de zee. Het maakt dus niet uit hoe erg het stormt of hoe rustig de zee is, de onderstroom is altijd hetzelfde. En dit is dus hetzelfde met jouw kernwaarden. Het maakt niet uit hoe je je voelt of waar je je in je leven verkeert, jouw kernwaarden blijven hetzelfde gedurende jouw gehele leven.

En deze informatie is dus cruciaal als je erachter wil komen wat jou nou eigenlijk wél gelukkig maakt in het leven en wat voor dingen jou oprecht interesseren. Het vertelt waarover je je altijd voor wil inzetten, waardoor je uitgedaagd zal blijven en wat jou de grootste vorm van voldoening geeft.

Achteraan in bijlage 1 vind je een lijst met kernwaarden. De opdracht voor jou is om op zoek te gaan naar 3 kernwaarden. Enkel 3 om de prioriteit voor jou eruit te halen, want dat is waar het hier om gaat. Jouw prioriteit in je werk en in jouw leven.

Vraag 5: Wat zijn jouw 3 kernwaarden?

1:

2:

3:

Super als het jou gelukt is om deze vraag te beantwoorden, aangezien deze vraag echt al even dieper gaat en jou echt bewust laat worden van wie jij bent en wat er voor jou belangrijk is. Dan is het nu de taak aan jou om te checken wat jouw verleden, jouw kernwaarden en degene die jou inspireert met elkaar gemeen hebben. En dit is even een beetje graafwerk ook weer in je hersenen, maar ook in je gevoel.

Wat zie je terugkomen bij alle 3? Hoe vallen deze aspecten samen? Wat is het thema dat bij alle 3 terugkomt? En hoe moeilijk dit ook lijkt, er zijn altijd dingen die ze gemeen met elkaar hebben, namelijk jij!



Vraag 6: Wat hebben jouw jeugdroom, jouw held en jouw kernwaarden met elkaar gemeen?

Als je diep genoeg gegraven hebt, zie je dat er een patroon ontstaat tussen de 3 en dat ze eigenlijk heel veel met elkaar gemeen hebben. Om het nog wat duidelijker voor je te maken, dat alles met elkaar samenvalt wil ik je vragen om terug te gaan naar momenten in je leven waardoor dit ontstaan is.

Ik geef je even een persoonlijk voorbeeld om het concreet voor je te maken. Vroeger wilde ik schrijfster worden, wat mij het gevoel van vrijheid gaf. Mijn held is een ondernemster die een eigen bedrijf had, werkte vanuit huis achter haar computer en geen zorgen had over geld (vrijheid!) en een van mijn kernwaarden is vrijheid. Vrijheid is echt een key-woord voor mij en ik streef in mijn leven ook zo veel mogelijk vrijheid na.

Hoe komt dit nou? Omdat ik meerdere momenten in mijn leven heb gekend waarbij ik mezelf niet vrij voelde. Mijn vader had thuis enorm strenge regels. 8 uur = 8 uur en geen minuut later bijvoorbeeld. Dit voelde voor mij niet vrij, omdat ik mij diende aan te passen aan zijn regels. Ik heb 2 relaties meegemaakt waarbij ik ervoor wilde zorgen dat de ander gelukkig was. Dit had ik natuurlijk zo geleerd in mijn jeugd, waardoor ik de ander verkoos boven mijzelf en ik dus ook weleens dingen deed waar ik eigenlijk niet achter stond. Dit voelde voor mij niet vrij. Daarnaast heb ik mij ook 2 maal opgesloten gevoeld in mijn werk. Ik voelde mij niet gezien en gewaardeerd voor wie ik ben en durfde niet vrijuit mijn mening te geven. Gevolg: ik voelde mij weer opgesloten.

Doordat het thema opgesloten steeds terugkomt in mijn leven, is dit mijn passie geworden, mijn purpose, mijn levensdrive en mijn automatische handeling geworden. Ik wilde er alles aan doen om mij zo vrij mogelijk te voelen, zodat ik helemaal mezelf kon zijn.

Dus, nu weer terug naar jou.

Vraag 7: Wat is het thema van jouw leven?

Vraag 8: Op welke momenten in jouw leven kwam dit terug?

Je hebt nu heel goed in kaart wat jou gevormd heeft tot de persoon die je nu bent. Je weet nu wat het thema van jouw leven is dat je met je meedraagt waar je werk van wil maken. Dan gaan we nu naar de laatste twee vragen van de stap "waarom". Je bent al lekker op weg!

Het is tijd dat je in kaart brengt voor jezelf wat je hierin wil betekenen. Om het weer concreet te maken, geef ik je weer een persoonlijk voorbeeld.

Ik ontdekte dat mijn thema opgesloten (en dus ook vrijheid) is. Hier had ik al veel over gelezen en een enorme dosis ervaring in opgedaan. Ik besloot dat ik anderen wilde helpen om ook meer vrijheid te creëren in hun leven omdat ik weet dat je jezelf opgesloten voelen verschrikkelijk is. Ik geloof dat iedereen die vrijheid kan krijgen, als je er ook in geloofd en ervoor werkt. Er gaat natuurlijk niets veranderen, als jij dezelfde dingen blijft doen. Toen ik ontdekte dat ik mijzelf die vrijheid kon geven, waar ik zo naar verlangde wilde ik anderen hiermee helpen. Ik gun het iedereen om zich vrij te voelen.

Dus, door in te zoomen op jouw thema kan jij ook bekijken wat jij met dat thema zou willen doen. Waar wil jij anderen bij helpen? Welke verandering wil jij anderen geven? En natuurlijk: wat vind jij wel belangrijk?

Vraag 9: Waar zou jij verandering in willen brengen?

Vraag 10: Waar geloof jij in? Waar sta jij voor?

Stap 1 heb je afrond. Voel je die drive stromen? Die energie om ervoor te gaan heb je aangewakkerd, vooral omdat je nu weet waar je achter staat en waarom dit zo belangrijk voor je is. Laat het even bezinken & ga door naar stap 2 'Hoe?'

Stap 2: hoe?

Inmiddels ben je bij stap 2 uit dit groeiboek. Lekker bezig meid! Je bent nog maar 2 stappen verwijderd van hetgeen ontdekken wat je wel echt wil en wat jou gelukkig gaat maken! Bij de vorige stap heb je ontdekt wat er écht toe doet voor jou in het leven en waar jij aan zou willen werken. In deze stap ontdek je hoe je dat zou willen doen. Welke werkwijze past bij jou? Welke werkvormen passen bij jou? Noem maar op. Het brengt jou weer dichterbij de vraag "wat wil ik?" en deze stap is cruciaal als het gaat om het vinden van een juiste passende baan. Jij gaat namelijk jouw voorwaarden scheppen hoe jij wil dat het eruit komt te zien. Super belangrijk!

De allereerste vraag die ik je ga stellen bij deze stap heeft te maken met je werkplek. Het is namelijk de vraag "waar wil je werken?". Een niet onbelangrijke vraag als je jouw eigen werk onder de loep neemt. Jouw werkplek is waar jij een groot deel van jouw tijd zal doorbrengen. Het lijkt mij dat je je daar prettig wil voelen, gewaardeerd, gezien en jezelf kan zijn. Dit zijn ook de basisbehoeften van de mens. Cruciaal. Ook op je werk!

Deze vraag roept waarschijnlijk in eerste instantie dingen op waar je niet zou willen werken. Toch is het cruciaal om dit te vertalen in de positieve vorm om een duidelijke richting te krijgen.

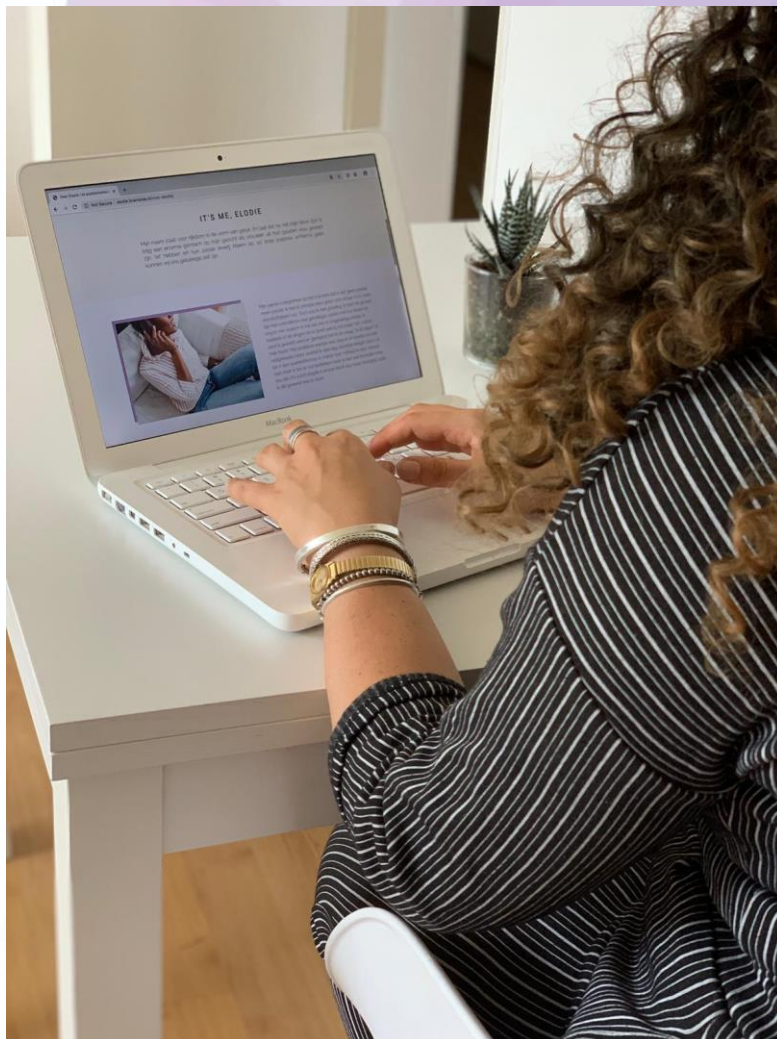
Voorbeelden van een werkplek zijn thuis aan de eettafel, in een kantoor, op een school in een klaslokaal, op de afdeling in het ziekenhuis, etc. Het gaat niet om de concrete functie die je gaat innemen, het gaat om de plek zelf waar jij je goed voelt.



Vraag 1: Waar wil je werken?

En natuurlijk is het ook belangrijk dat je weet hoezo je daar zo graag zou willen werken. Wat maakt dat jij je daar prettig voelt? Dat zorgt er namelijk voor dat je specifiek weet wat de waarde van die plek voor jou is. Het gaat om het gevoel dat de werkplek jou geeft. Het gaat om wat de werkplek jou oplevert.

Vraag 2: Wat levert het werken op die plek jou op?



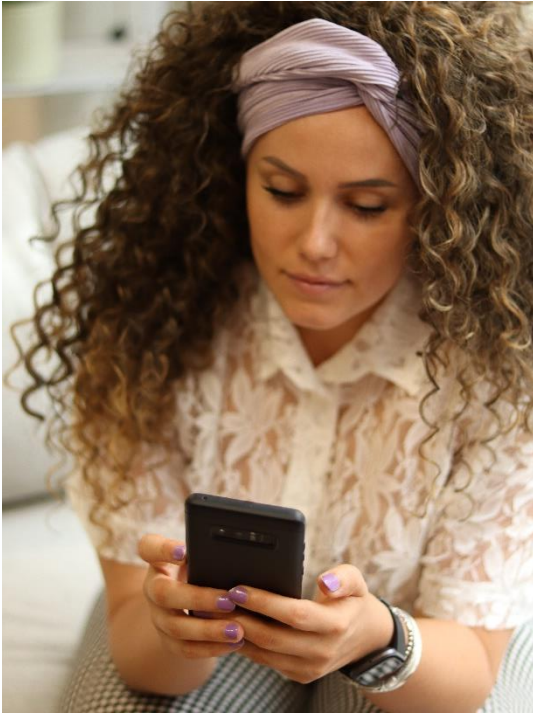
Als je concreet hebt waar je wil werken is het daarnaast belangrijk dat je weet **voor wie** je wil werken. Dat je aan de eettafel thuis werkt, betekent niet dat je voor jouw kinderen aan het werken bent of als je op een afdeling in een ziekenhuis werkt betekent dat nog niet dat je voor de patiënten werkt. Vaak heb je met de mensen voor wie je gaat werken een associatie. Je kan jezelf in hen vinden. Je voelt je verbonden met ze, omdat ze gelijkenissen met jou hebben. Je voelt jezelf (om die reden vaak) prettig bij hen in de buurt. Deze mensen geven jou energie, waardoor je na een lange werkdag nog vol energie zit. Probeer deze mensen ook zo specifiek mogelijk te maken.



Om je weer een voorbeeld te geven: ik werk enkel met vrouwelijke, werkende millennials omdat zij in mijn leeftijdsgroep zitten en ik mij dus verbonden voel, ik hun problemen herken en ik hierdoor volledig mezelf wil en kan zijn. Het zijn de vrouwen die mij energie geven en die ik het beste kan helpen.

Vraag 3: Voor wie wil je werken?

Vraag 4: Wat maakt dat jij voor deze mensen wil werken?



Als je concreet in beeld hebt voor wie je wil werken, is het daarnaast belangrijk **met wie** je zou willen werken. Wellicht vind je het fijn om met een heel team de missie die je hebt achterna te gaan, wellicht doe je dit liever alleen of wie weet wil je dit enkel met je beste vriendin doen. Het gaat er niet persé om dat jouw beste vriendin hier samen met jou een bedrijf gaat oprichten. Waar het wel om gaat is dat jij inzicht krijgt in hoeveel behoefte jij aan sociaal contact hebt, terwijl je aan het werk hebt en in hoeverre jij samenwerken belangrijk vindt. Of wellicht heb jij een andere reden om te werken op een groot kantoor of liever in je eentje vanaf de keukentafel. Graaf hier dieper op in. Wat maakt dat jij hiervoor kiest?

Vraag 5: Met wie wil je werken?

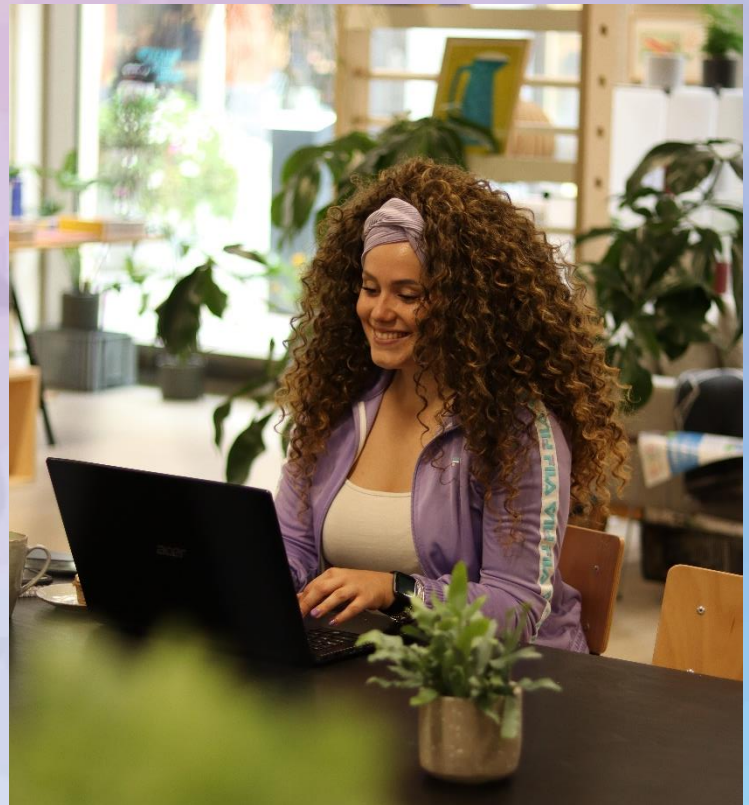
Vraag 6: Wat maakt dat je met die persoon/personen wil werken?

De volgende twee vragen gelden alleen als jij wil werken met anderen, dus als jij ervoor kiest om alles alleen te doen gaat deze vraag niet op. Dan mag je doorgaan naar **vraag 9**. Als jij wel met anderen wil werken, als echt mensen-mens is het namelijk ook noodzakelijk om je af te vragen hoe je exact met deze mensen wil werken. Daarbij gaat niet meteen om dat je weet welke functie jij doet en welke functie de ander doet, maar voornamelijk hoe de werksfeer is.

Waar hecht jij waarde aan binnen het team? Hoe wil jij dat er samengewerkt wordt? Wat is cruciaal voor jou als je samenwerkt? Je kan deze vraag natuurlijk oppervlakkig beantwoorden met "ik wil dat we goed samenwerken", maar ik vraag je hier om dieper na te denken. Wanneer is het samenwerken pas goed voor jou?

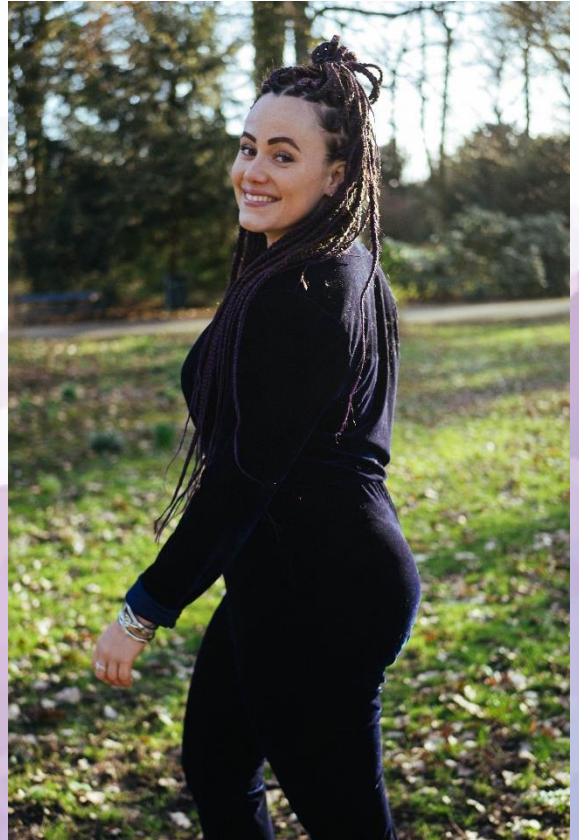
Vraag 7: Hoe wil jij samenwerken?

Deze vraag geeft jou inzicht geven in wat jij belangrijk vindt binnen het samenwerken in een team. Nu is de vraag: In wat voor team pas jij? Dit kan van alles zijn. Van een groot multi-international team zijn of een kleinschalig lokaal team van maar 2 personen. Kijk op basis van wat jij belangrijk vindt in jouw samenwerking en wat voor team waarschijnlijk het beste bij jou past. Neem natuurlijk ook je gevoel mee. Het gaat erom dat je een team kiest waar jij het beste tot je recht komt en waar je je natuurlijk het fijnst voelt!



Vraag 8: In wat voor team pas je het beste?

Dan de laatste twee vragen die ik voor je heb in deze stap. Deze vragen zijn vragen die we bijna allemaal overslaan als het gaat over een nieuwe baan kiezen, namelijk werktijd (en de verdeling ervan). Het is mega belangrijk dat jij weet hoeveel uur jij per week aan je werk wil besteden en dus ook weet wanneer jouw energie opgebrand is. Je dient een balans te vinden tussen ontspanning en spanning, waardoor je jezelf voor de lange termijn blij maakt in je werk. Tuurlijk je kan meteen beginnen met 40 uur per week, maar als je alsnog in de avond alleen nog maar Netflix opzet, omdat je zo moe bent gaat er iets niet goed. Neem eens goed jouw energiepeil onder de loep. Waar heb jij behoefte aan? Dus de volgende vraag.



Vraag 9: Hoeveel uur wil je werken?

En de laatste vraag van stap 2. Hoe wil je dat deze uren verdeeld worden? Op welke momenten wil je het liefst werken? Dit kan in de avond zijn, dit kan allemaal meteen achter elkaar zijn, dit kan 1 week per maand fulltime zijn en de rest vrij. Denk hierbij niet in hokjes, zoals de huidige maatschappij dit heeft ingericht met de 9 tot 5 baan, maar denk aan wat jou ideaal lijkt en waarbij jij de meeste energie over houdt.

Vraag 10: Wanneer wil jij werken? En hoe is dat verdeeld?

Topper ben je! Stap 2 heb je afgerond. Ben je klaar voor de laatste stap? Zet nog even een kopje thee, strek even de benen en geef je hersens wat frisse lucht. Let's go to step 3!

Stap 3: wat?

Stap 3 alweer. De laatste stap van dit groeiboek dat je inzicht geeft in wat er nu werkelijk bij jou past. Als het goed is, heb je in kleine stapjes daar nu al zoveel meer inzicht in gekregen. De laatste stap is de stap waar dit allemaal samen gaat komen en er (als het goed is) concreet iets voor je uit gaat komen. Het is de stap waar je vorm gaat geven aan de massa die wellicht nu nog geen duidelijk beeld geeft. Deze stap gaat over de dingen die je doet en ligt meer aan de oppervlakte, dan de andere stappen. Ik kan me voorstellen dat je staat te popelen om de laatste stap te beginnen, dus laten we dat maar meteen doen.

Hoe vervelend het is ook, ik begin je met vragen naar je huidige werk. Daaruit valt namelijk heel veel informatie te halen. Je hebt deze baan natuurlijk niet voor niets gekozen. Iets in of aan deze baan trok je destijds erg aan. En ik denk ook niet dat alles aan het werk wat je nu doet verschrikkelijk is. Kijk eens naar jouw werkzaamheden als losse deeltjes. Sommige deeltjes zijn stom, anderen zijn wellicht nog wel leuk maar worden ondergesneeuwd door de stomme. En wellicht zijn er wel werkzaamheden die je graag blijft doen.

Vraag 1: Wat spreekt jou aan in je huidige werk?

Vraag 2: Wat voor werkzaamheden zou je graag (ook) doen?

Er komt even een “zweverige” vraag aan. Deze vraag gaat jouw onbewuste verlangens omhoog brengen en jou laten inzien wat je eigenlijk al die tijd al wilde doen. Onbewust weet je namelijk allang hoe je het graag voor je ziet. Alleen óf durf je daar nog niet in te geloven en zorg je ervoor dat dat beeld uit je hoofd gezet wordt óf zit het nog erg diep.



Komt 'ie: sluit je ogen straks. Visualiseer jezelf eens op jouw nieuwe werkplek, met jouw nieuwe (mogelijke) collega's om jouw missie achterna te streven. Dit beeld werkt het beste als je dit concreet ziet. Welke handelingen zie jij jezelf doen bijvoorbeeld? Wat voor functie denk je dat je in zit? Het hoeft niet al te specifiek als je dit nog niet weet, maar probeer zo specifiek mogelijk te kijken.

Vraag 3: Wat zie jij jezelf doen bij je nieuwe werk?

Wellicht heb je jezelf net gezien terwijl je aan een groep een training geeft, dat een team aanstuurt of dat je achter je laptop zit aan de keukentafel. Alles is oké, want het gaat hier om jouw droombaan. Niet die van mij of die van een ander. We gaan dat beeld wat je zag nog wat verder verduidelijken, door er weer even afstand van te nemen.

Ik wil je even meenemen naar je leven buiten het werk. Buiten je werk ben je natuurlijk ook bezig met dingen doen die bijdragen aan jouw geluksgevoel, aan betekenis geven aan je leven en positieve energie opdoen (ondanks dat dat wellicht niet altijd zo lijkt). Dit komt bijvoorbeeld naar voren als je gesprekken voert met anderen of de soort series zie je op Netflix kijkt. Vandaar de volgende vragen.



Vraag 4: Als je gesprekken voert met anderen, waar gaan die gesprekken dan vaak over?

**Vraag 5: Als je televisie kijkt, wat kijk je dan?
En belangrijker nog: wat zorgt dat je hiernaar kijkt?**

Vraag 6: Wat voor onderwerpen komen naar voren bij de gesprekken die je voert en de televisie die je kijkt? Wat hebben ze met elkaar gemeen?



Wat je hieruit kan halen is het soort onderwerp wat je interesseert, dus ook de werkrichting die je dient te nemen. Als jij graag naar televisie kijkt waar ze inzoomen op het menselijk gedrag is het logisch dat je je bezig wil houden met mensen. Als je graag gesprekken voert over hoe het interieur van huizen wordt bepaald en ingericht, dan hoort daar ook een werkrichting en/of functie bij. Om je een voorbeeld te geven. Ik kijk graag naar televisie dat gaat over gevangenis (en hoe mensen zich dan gedragen). Ik durf dit bijna niet te vertellen, maar ik vind het fascinerend en interessant en ik kijk daar dus graag naar. Gesprekken die ik voer zijn altijd diepgaand en een enkele keer oppervlakkig. Je zal mij bijvoorbeeld echt wakker kunnen maken voor gesprekken die te maken hebben met gedragsverandering, maar hoe ik de achterkant van een website in elkaar zet? I don't know. En belangrijker nog: I don't want to know. Het laat dus perfect zien waar mijn interesse ligt en dus ook welke werkzaamheden daarbij passen.

Vraag 7: Welke werkzaamheden passen bij mij (en doe ik graag)?

En die werkzaamheden die je hierboven hebt genoemd kunnen er een hele hoop zijn. Je bent op zoek naar jouw droombaan, niet naar zomaar een baan. Je gaat niet voor werkzaamheden die oké zijn, maar voor werkzaamheden die je fantastisch vindt om te doen. En wat er (vaak) gebeurt als werkzaamheden fantastisch zijn, is dat de wereld om je heen stil staat. De klok stopt in je hoofd en als je je later op de klok kijkt is de tijd voorbij gevlogen. Op dat moment zat je in een flow. Omdat de werkzaamheden je uitdagen, je interesseren en je gewoon “lekker gaat”. Om deze reden de volgende vraag.

Vraag 8: Wanneer zit je in een flow?

Pfoe! We zijn al bij de een na laatste vraag terecht gekomen! Je hebt (hopelijk) al veel inzichten gekregen over jezelf. Wat je ultieme werkomstandigheden zijn, wat jij het allerbelangrijkste vindt en welke doelen je wil nastreven en wat dat specifiek is. De laatste vraag is dan dus ook de kers op de taart, namelijk

Vraag 9: “Wat wil jij het allerliefste doen?”



Ik hoop dat je gevonden hebt waar je zo naar verlangde. Dat je nu helder in beeld hebt wie jij bent, waar je aan wil werken, wat je energie geeft, driven in het leven en hoe dit er concreet voor jou uitziet! De laatste vraag van dit groeiboek is:

Vraag 10: Gun jij jezelf het allerbeste?

Is je antwoord ja? Haal dan alsjeblieft ook alles eruit wat erin zit en neem geen genoegen met een 6je. Blijf gemotiveerd om ervoor te gaan. Om jouw droombaan op te sporen en belangrijker nog: om ook die stap daadwerkelijk op een zelfverzekerde manier te gaan zetten. Graag help ik je hierbij op de volgende manieren:

1 Plan een gratis doorbreeksessie in via de online agenda. Dit is een 1 op 1 coachsessie samen met mij! Na de doorbreeksessie weet je exact wat jouw grootste verlangen is, jouw droom, welke obstakels er nog in de weg staan én hoe je deze obstakels kan ombuigen in kansen. Plan 'm nu in. Klik op deze link: <https://calendly.com/melodieinhetleven/60min>

2 Start met mijn mini-training. Hierbij neem ik jou ook in 3 stappen mee naar jouw droombaan. Normaal gesproken is deze mini-training €99,- maar omdat jij dit groeiboek aangevraagd én uitgelezen hebt bied ik je deze aan voor maar €29,- de komende 30 minuten. Lees meer over de mini-training en start 'm meteen nu! Klik hier: <https://www.melodieinhetleven.nl/minitraining-korting/>

3 Zijn deze stappen nog te groot voor je? En wil je liever eerst nog wat meer kennis op doen? Dan inspireer ik je graag nog via verschillende kanalen. Via Instagram <https://www.instagram.com/m.elodieinhetleven/> en Facebook <https://www.facebook.com/melodieinhetleven> ben ik vrij actief. Elke dag geef ik je tips en deel ik kennis over onderwerpen welke jou kunnen ondersteunen in jouw proces. Ook zet ik elke vrijdag een nieuw inspirerend artikel op mijn website www.melodieinhetleven.nl bij de doorbreektips!

Liefs,
Elodie

Bijlage 1

Aandacht	Gehoorzaamheid	Ontdekken	Traditioneel
Assertiviteit	Gelijkwaardigheid	Ontmoeten	Troost
Authenticiteit	Geloof	Ontwikkelen	Trouw
Autonomie	Geluk	Onvoorwaardelijk	Uitdaging
Avontuurlijk	Gemak	Openheid	Uitmuntendheid
Balans	Genuanceerdheid	Optimisme	Veelzijdigheid
Bekwaamheid	Gevoeligheid	Ordelijkheid	Veerkracht
Betrouwbaarheid	Gezag	Originaliteit	Veiligheid
Bescheiden	Gezamenlijkheid	Overgave	Verbeeldingskracht
Bescherming	Gezondheid	Overvloed	Verbetering
Betrokkenheid	Groei	Passie	Verbinding
Bevrijding	Harmonie	Persoonlijke	Verbondenheid
Bewustzijn	Hulpvaardigheid	ontwikkeling	Verdraagzaamheid
Bezieling	Humor	Pionieren	Vergeving
Bloei	Inlevingsvermogen	Plezier	Vernieuwing
Collegiaal	Innovatief	Presenteren	Vertrouwen
Communicatie	Inspiratie	Puurheid	Vindingrijkheid
Competentie	Integriteit	Rationaliteit	Vitaliteit
Continuïteit	Intimiteit	Rechtvaardigheid	Volharding
Creativiteit	inzet	Respect	Volmaaktheid
Daadkrachtig	Inzicht	Resultaat	Vrede
Dankbaarheid	Kennis	Rijkdom	Vreugde
Deskundigheid	Klantgerichtheid	Rust	Vriendschap
Dienstbaarheid	Kwaliteit	Samenwerken	Vrijheid
Doelgerichtheid	Leiderschap	Schenken	Vrijgevigheid
Discipline	Levenslust	Samen	Waardering
Duidelijkheid	Liefde	Schoonheid	Waardevol
Duurzaamheid	Loyaliteit	Simpelheid	Waardigheid
Eenheid	Mededogen	Solidariteit	Waarheid
Eenvoudigheid	Meesterschap	Souplesse	Wijsheid
Eerlijkheid	Meeveren	Speelsheid	Zekerheid
Effectiviteit	Mildheid	Spiritualiteit	Zelfbehoud
Efficiëntie	Moedig	Spontaniteit	Zelfkennis
Eigenheid	Mogelijkheden	Stabiliteit	Zelfstandigheid
Energiek	Mondigheid	Stilte	Zelfvertrouwen
Enthousiasme	Muzikaliteit	Tederheid	Zelfwaardering
Erkenning	Nederigheid	Tevredenheid	Zingeving
Fijnzinnigheid	Nuchterheid	Toegankelijkheid	Zorgvuldigheid
Geborgenheid	Onafhankelijkheid	Toewijding	Zorgzaamheid
Geduld	Ondernemend	Tolerantie	Zuiverheid