

De besluiten van Ann – dag 7

De wereld heeft me nodig

Ann Van Riet
Ondernemerscoach

Thema van de dag

- The world needs you!!!
- Jamaar, wie ben ik?
- ✓ Talenten
- ✓ Zichtbaarheid

“

I have no special talent.
I'm only passionately curious.

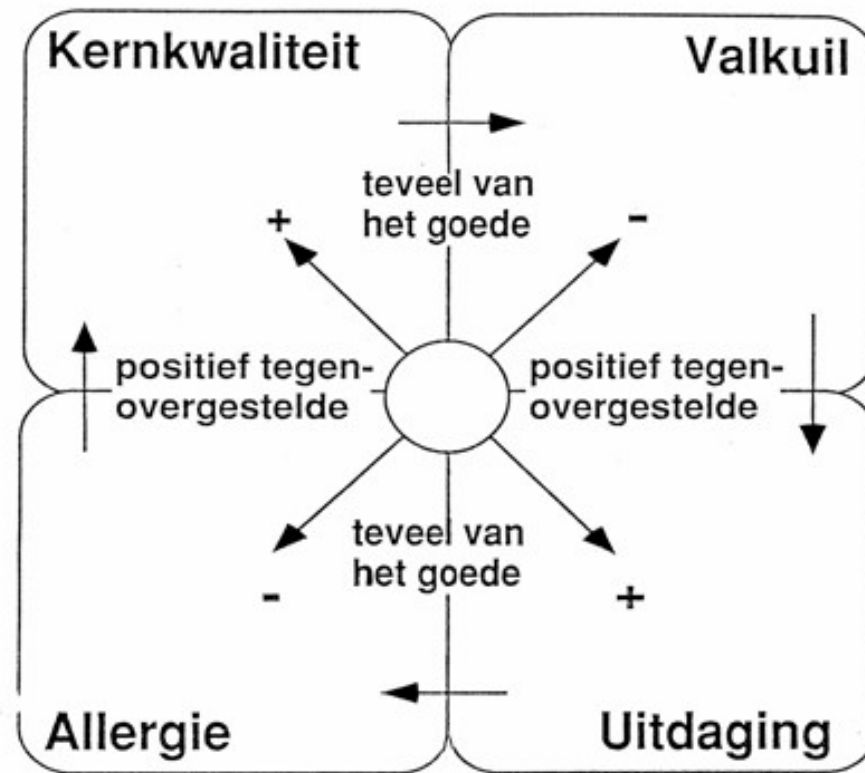
~ Albert Einstein ~

”

Talenten

- ✓ Graag
- ✓ Goed (perfectionisme)
- ✓ *Vanzelf* (Carol Dweck, zie dag 3)
- ✓ You can't argue with facts
- ✓ Het is al miljoenen keren gedaan, maar nog nooit door jou

Kernkwadranten Ofman (hefboom- vaardigheden)



Talenten en
omgeving



Zichtbaar zijn

- ✓ Wat is je grootste angst?
- ✓ Wat is het meest rooskleurige scenario?

(experiment dag 1!)

Zichtbaar zijn

- ✓ Als ze niet weten dat je bestaat, kunnen ze je niet vinden
- ✓ Je begint sowieso klein. Op moment dat je groot bent, ben je er aan gewend
- ✓ Het gaat niet op jou maar om je boodschap en je missie
- ✓ Oude patronen, niet de realiteit

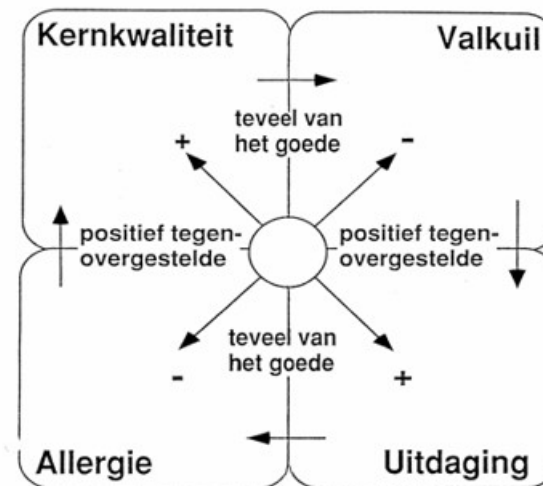
Experiment van de dag

Kernkwaliteit (+):

- Waar ben ik goed in?
- Waarvoor krijg ik waardering van anderen?
- Wat vind ik heel gewoon, vanzelfsprekend?
- Wat stimuleer ik in anderen?
- Waar voel ik mij goed bij?

Valkuil (-):

- Wat verwijten anderen mij wel eens?
- Onder druk, stress, verval ik wel eens in ...
- Wat krijg ik bij conflicten wel eens naar mijn hoofd geslingerd?
- Waarin overdrijf ik nogal eens?
- Wat vind ik vervelend voor mezelf?



Allergie (-):

- Bij anderen kan ik absoluut niet tegen ...
- Ik kijk minachtend neer op ...
- Ik erger me mateloos aan
- Ik voel mijn woede als anderen ...
- Anderen vinden dat ik relativerender moet kijken naar ...

Uitdaging (+):

- Wat mis ik in mezelf?
- Wat bewonder ik in anderen?
- Waarop ben ik wel eens jaloers bij anderen?
- Wat heb ik te ontwikkelen om me als mens meer compleet te voelen?
- Wat wensen anderen me wel eens toe?

De besluiten van Ann



What is true is already so. Owning up to it doesn't make it worse. Not being open about it doesn't make it go away.
And because it's true, it is what is there to be interacted with. Anything untrue isn't there to be lived. People can stand what is true, for they are already enduring it.

~ Gene Gendlin ~

