

Handleiding Succesvol je eigen werk creëren - deel 2

Blokkades

Wat houdt je tegen
om meer

plezier, vrijheid en inkomen in je werk
te realiseren?

En hoe los je dat op?

7 tips om in actie te komen!

Door: Willemijn Lau



Hoi toekomstige Creator,



Wat geweldig dat je ook nieuwsgierig bent naar je Wens-Blokkers.

Die kleine monstertjes kunnen je namelijk behoorlijk dwars zitten.

Hoe vaak gebeurt het niet dat je wel een idee, plan of droom hebt, maar dat je deze niet weet te realiseren?

Vrij vaak, denk ik, als je een beetje op mij lijkt.

Er is van alles dat ons tegenhoudt.

Met dit e-book heb je de sleutel in handen om daar wat aan te doen.

In deze presentatie zet ik 7 veel voorkomende “blokkades” op een rijtje.

“Je gaat het pas zien als je het doorhebt” om hiermee Cruijff te citeren 😊



Succes!

Willemijn



“Ik weet niet wat ik wil”

Laat ik beginnen met een verhaaltje uit Alice in Wonderland. Alice ontmoet de Cheshire Cat, genaamd Dinah en zij vraagt aan de Kat:

“Kun je me misschien ook vertellen welke weg ik nu moet nemen?”
“Dat hangt er heel erg vanaf waar je naartoe wilt,” antwoordt de Kat.
“Dat maakt mij niet zo veel uit,” zegt Alice.
“Dan maakt het ook niet uit welke weg je neemt,” zegt de Kat.
“Als ik maar ergens kom,” voegt Alice er ter verduidelijking aan toe.
“O, je komt vast wel ergens,” zegt de Kat “als je maar lang genoeg loopt”.

Aan dit verhaaltje moet ik vaak denken als iemand niet goed weet wat zijn/haar ideale werk zou kunnen zijn.



Het is helemaal niet zo erg niet te weten wat je wilt, uiteindelijk kom je wel ergens. Sterker nog, je bent al ergens gekomen, zonder dat je daar veel moeite voor hebt gedaan.

Het vervelende gevoel ontstaat pas als je “ergens bent” waar je eigenlijk niet wil zijn. Bijvoorbeeld, dat je in een werksituatie zit die niet bevredigend voor je is.

Je wilt het dus heel graag anders.... (maar je weet eigenlijk niet goed wát dat is)

Het is prettig om een richting te bepalen in je werk (en leven). Als je weet wat je doel is, is het gemakkelijker om de juiste beslissingen te nemen. Het geeft houvast en uiteindelijk kan je er een soort vertrouwen uit putten.

Ik geloof dat je diep in je hart wel weet wat je wilt, maar vaak is dat nog verstopt onder een laag stof.

En dat maakt dat het eigenlijk wel prettig is om even niet te weten wat je wilt.

Immers, zolang jij niet weet wat je wilt, hoeft je nog even niets. Je kunt het stof laten liggen waar het ligt en je hoeft nog even niets op te ruimen, je hoeft nog niet in actie te komen of dingen te doen die je spannend vindt.

Zolang jij niet weet wat je wilt kun je nog lekker blijven dromen.

Het vraagt veel moed dit van jezelf te doorzien.

Jij hebt die moed, daarvan ben ik overtuigd. Het is immers nu jouw tijd?

Nu je dit weet, kan je een keuze gaan maken. Dat wil zeggen dat je je niet meer laat tegenhouden door jouw gedachte “Ik weet niet wat ik wil”, maar stappen gaat ondernemen om te ontdekken welke richting jij op wilt in je leven, hoe spannend dat misschien ook lijkt.

Tip:

Neem je vanaf nu voor dat je bij de eerstvolgende keer dat je jezelf hoort zeggen “Ik weet niet wat ik wil” stopt. Vervolgens probeer je de zin te formuleren waarin je begint met “Ik wil” (en dit hoeft niet eens over werk te gaan)



“Ik maak me zoveel zorgen”

Zorgen maken kan je enorm in beslag nemen. Het verlamt je en helpt je in geen geval om in actie te komen. Zorgen over je werk, je relatie, je gezondheid, je inkomen. Noem maar op.

Kortom, het zorgt in ieder geval voor veel gepieker.

En dat is wat zorgen doen; **je gedachten maken overuren.**

Wist je dat zorgen altijd te maken hebben met iets wat in de toekomst zou kunnen gebeuren?



“Als ik dit doe gebeurt er waarschijnlijk dat...”

“Als ik nu begin verlies ik misschien mijn uitkering”

“Misschien haal ik de 60 niet eens, wat moet ik dan doen?”

Het heeft geen enkele zin!

Niemand weet wat er in de toekomst gebeurt. Niemand weet of jij voldoende inkomsten kunt krijgen. Niemand weet hoe gezond jij blijft.

Het enige wat je weet is wat er NU gebeurt. En je kunt NU misschien een klein stapje doen in de richting die je wilt.

Tip:

Als je iemand bent die zich veel zorgen maakt, raad ik je aan ontspanningsoefeningen te doen. Leer jezelf aan je regelmatig te ontspannen. Hierdoor kom je uit je hoofd en meer in je lijf.

Het klinkt ouderwets, maar buitenlucht en beweging doen een mens goed! Sporten, wandelen, tuinieren geven nieuwe energie en laten je gedachtestroom even voor wat het is.



“Ik wil het heel goed doen”

Veel vrouwen hebben hier last van. En ik kan er zelf ook over meepraten!

Perfectionisme grijpt diep in alles wat je doet en vraagt geduld van je om dit te ontmaskeren.

Het voordeel van perfectionisme is dat je altijd wel kwaliteit levert.

Datgene wat je doet ziet er altijd goed uit.

Juist dat kan je dus ook belemmeren. Bij ‘spannende’ zaken helpt het je niet en werkt het je tegen.



Bijvoorbeeld,

- *die website waar je uren aan zit te schaven,*
- *dat curriculum vitae wat maar nooit af komt,*
- *een logo wat je zelf aan het ontwerpen bent....*

Herken je dit?

Dat zijn allemaal vormen van perfectionisme.

Door maar te blijven schaven tot het ‘goed genoeg is’ hoef je immers niet in actie te komen. Hoef je dat vervelde gesprek niet aan te gaan. Hoef je nog even niet op zoek naar klanten of werk. Hoef je nog even niet... (vul zelf maar in).

Tip:

Onderzoek bij jezelf waar je tegenop ziet. Waarom blijf je maar schaven?

Tip:

Stel voor jezelf een deadline vast. Hoe minder tijd je voor iets hebt, hoe sneller iets tot stand komt. En je kunt er op vertrouwen dat, wat je ook produceert, het is echt goed genoeg.

Tip:

Zeg minstens 3x per dag tegen jezelf: *“Ik ben goed genoeg”*. Dat doet wonderen!



“Ik durf geen aandacht naar mij toe te trekken”

In de schijnwerpers staan is voor sommigen moeilijk. Alleen al de gedachte daaraan geeft het zweet in de handen en knikkende knieën.

Of overdrijf ik nu?

Misschien wel een beetje. Veel vrouwen vinden het lastig de aandacht naar zich toe te trekken. Heel logisch, we hebben geleerd onze beurt af te wachten.

Hoe vaak is tegen jou gezegd om “*vooral normaal te doen, want dan doe je al gek genoeg!*”?



Door niet de aandacht naar je toe te trekken blijf je onzichtbaar, op de achtergrond aanwezig.

Dat is op zichzelf soms ook een kwaliteit, maar brengt je vaak niet verder, zeker niet als je werk zoekt, je loopbaan wilt veranderen of voor jezelf wilt beginnen.

Maar, zeg eens eerlijk, wordt het niet eens tijd dat jij jouw eigen licht laat schijnen? Dat jij jouw kwaliteit laat zien? De wereld mooier maakt omdat jouw bezieling zichtbaar mag worden?

In de schijnwerpers staan valt te leren!

Tip:

Neem een A4 en schrijf al je gedachten over **aandacht** op.

Vraag jezelf daarna af wat het ergste is wat je kan overkomen en schrijf dat ook op.

Denk daar eens over na. Je bent nu volwassen. Zou datgene jou werkelijk nog kunnen overkomen?

Zo nee, het is dus een gedachte die je niet meer ondersteunt. Neem er afscheid van.

En zo ja, hoe zou je daar nu mee om kunnen gaan?



“Anderen hebben (te) veel invloed op wat ik doe”

Als je je laat beïnvloeden door wat anderen zeggen of wat anderen vinden luister je niet goed naar jezelf (en geef je je macht uit handen).

Terwijl we allemaal beschikken over een grote innerlijke kracht. Jouw kracht ligt juist in je **authenticiteit**.



Dat wil zeggen dat je de dingen precies op jouw manier doet. Met jouw (unieke) combinatie van kennis, talent, missie en stijl.

En dat is een kwestie van tijd. Je groeit vanzelf in je rol als professional. In het begin van mijn ondernemerschap zocht ik veel informatie. Totdat ik begreep dat alles wat ik wilde weten al aanwezig was. Dat ik door schroom niet deed wat ik eigenlijk wilde laten zien.

En denk niet dat ik daar helemaal vanaf ben. Elke keer als ik iets nieuws lanceer, hik ik er weer een tijdje tegenaan. Maar nu weet ik dat ik me er niet door laat weerhouden.

En dat is wat jij ook kunt. Je minder laten leiden door wat anderen zeggen en veel meer jouw eigen spoor volgen.

Tip:

Merk je dat je niet verder komt? Misschien zijn de ideeën van anderen niet jouw ideeën. Is het niet jouw manier.

Schrijf je uit van alle nieuwsbrieven. Volg slechts 2 mensen die je echt inspireren.

Zo kun je je meer concentreren op wat jouw intuïtie je aangeeft. Jouw spoor.



”Niemand gelooft in me”

Dit klinkt als een klacht. Je zit in de slachtofferrol! En ja, ook hier geef je je macht weg.

Creëren begint met het geloven in je eigen dromen. Wie anders zou dat voor jou moeten doen?

Er is maar één persoon die jouw plannen kan verwezenlijken en dat ben je zelf!

Natuurlijk is het heel lastig als jouw omgeving niet meegaat in je plannen of nog erger, ze ondermijnt. Een partner die niet in je gelooft, ouders die zeggen “ach kind, dat is toch niets voor jou”. Vriendinnen die je willen behoeden voor misstappen.



Laat je er niet door weerhouden, Ook hier gaat het er om dat je vertrouwen krijgt in jouw innerlijke kracht.

En dat kan je. Het is immers nu **JOUW** tijd?

Tip:

Is dit voor jou de reden dat je niet aan de slag gaat met je wens, bekijk dan eens goed jouw omgeving. Bij wie kan je terecht met jouw plannen en twijfels, met je successen en dieptepunten? En bij wie niet?

Omgeef je steeds meer met mensen die jou ondersteunen en met je meedenken. Doe dit bewust!

En tegenwoordig kan dat ook digitaal, zoek een groep die bij je past, bijvoorbeeld op Social Media. Of sluit je aan bij onze [community Creëer Je Eigen Werk](#) op Facebook.



“Ik heb geweldige plannen!”

Deze vind ik zelf altijd heel leuk, mensen die groot kunnen denken. Die niet alleen een eigen bedrijf beginnen, maar ook plannen hebben om hiervan meerdere filialen te maken, wereldwijd.

Die plannen stralen veel energie uit. En het is vaak een genot om naar te luisteren.

Alleen.....na een maand is er nog niets in gang gezet.



Groots denken, weten wat je uiteindelijke doel is, is essentieel voor het slagen van je plannen.

Maar,... uiteindelijk gaat het om dat eerste kleine stapje wat je doet, bijvoorbeeld door deze presentatie te lezen.

Tip:

Merk je dat je barst van de plannen, maar dat je niet in actie komt? Dan kan het zijn dat de grootsheid van je plannen je tegenhoudt. Dat je als het ware niet weet waar te beginnen. Maak het kleiner....

Groots denken & klein beginnen. Zet vandaag de 1^e stap in de richting van dat grote plan. Welke actie kan je NU ondernemen?

En dat kan gerust ook iets kleins zijn!

Tenslotte:

En...herkende je iets?

Waarschijnlijk herken je ze allemaal 😊

Neem jouw tijd en pak één blokkade aan. Wat houdt je NU tegen om je ideale werk te realiseren? Precies! Er is er één waar je nu meteen aan denkt.

Werk daaraan, ga ermee aan de slag en wordt daar vriendjes mee (of hoe je het ook wilt noemen). Dan kun je verder.

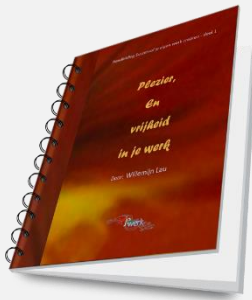
Verder naar jouw ideale werk, waarin je helemaal tot je recht komt.

Je bent het waard.

Wat houdt je NU tegen om je plannen te realiseren?

Welke actie(s) ga je nemen om hier minder last van te hebben?

En nu verder....



In de eerste handleiding maakte je kennis met de pijlers van je ideale werk; Plezier en Vrijheid

In deze handleiding heb ik je bewust willen maken van een aantal blokkades die jou kunnen verhinderen om dit ideale werk te realiseren.

En ik zeg het nog maar eens, het is niet zo moeilijk; Als je weet wat je verlangens zijn en je weet om te gaan met wat jou belemmert, kan je zo in actie komen....

Misschien zeg jij nu weer; “Tja, Willemijn, was dat maar zo gemakkelijk...”

En dat klopt. Mij bewust worden van mijn verlangens en omgaan met mijn Wens-Blokkers vond ik niet eens zo moeilijk. Maar tóch lukte het niet om mijn ideale wens te realiseren. Pas toen ik snapte hoe het creatieproces werkte begonnen er eindelijk dingen te veranderen en kwam mijn werk in een stroomversnelling.

En dat gun ik jou ook!



Daarom leer ik je in dit derde deel van deze handleiding “Succesvol je eigen werk creëren” alles over dit creatieproces en deel ik je mijn Creatieformule.

[Je kunt het e-book hier downloaden](#), het verplicht je tot niets.

Nieuwsgierig naar meer?

Is het nu jouw tijd? Tijd om je talenten in te zetten en daarmee je eigen inkomen te verdienen? Het ligt echt niet buiten je bereik. De waarheid is met de juiste houding en de juiste stappen kan je zoveel plezier, vrijheid én inkomen ervaren in je werk als je zelf wilt.

En dat is niet zo ingewikkeld.

Ik leer het je graag.

Neem deel aan onze [community “Creëer-Je-Eigen-Werk”](#) op Facebook en wordt een ware Creator. In deze community neem ik je mee op weg naar werk dat helemaal bij je past. Je krijgt er alle inspiratie, plezier en ontwikkeling die je nodig hebt. Zodat je straks kunt zeggen; “ja, hiervoor ben ik in de wieg gelegd”.

Ik zie je graag terug!

Hoewel deze handleiding gratis is en je tot niets verplicht, stel ik het op prijs als je deze handleiding niet kopieert of deelt. Ik verdien hiermee namelijk mijn brood.

Zijn je vriendinnen geïnteresseerd in het creëren van eigen werk? Geweldig, ik zie ze graag! Via de website : www.creerjeeigenwerk.nl kan iedereen zich inschrijven.

Het is niet toegestaan om dit e-book op een weblog of website te publiceren zonder overleg met mij. Mocht je dat toch willen: neem dan even contact op.

De teksten en inhoud mogen niet in een andere vorm dan in dit e-book worden gedupliceerd of gepubliceerd. Alle rechten van de teksten in dit e-book behoren toe aan Willemijn Lau.

