

RESULTAAT BOEKEN | HOOFDSTUK 2

GELATEN ZIJN

"Ik zie lijdzaam toe hoe het op mijn werk gaat."



Gelatenheid is destructief, afwachtend en geeft innerlijke onrust die direct om aandacht vraagt. Het is een signaal dat je niet kunt negeren nu je het weet. Het is de hoogste tijd om je hierover uit te spreken.

Je ziet lijdzaam toe. Je zou het heel graag anders zien en hebt het ook al heel vaak geprobeerd. Je bent er moedeloos van geworden. Berustend, verslagen. Je geeft het verzet op. Je bent afwachtend, passief en neemt waarschijnlijk met te weinig genoegen. Teveel gelatenheid staat haaks op de elementen van het ontwikkelvermogen: handelingsperspectief vergroten, draagkracht versterken en uit jezelf bewegen.

Je signaleert zaken die je aan het hart gaan, die anders moeten. Je hebt ze vaak aan de orde gesteld zonder dat dit tot veranderingen heeft geleid. Je voelt de onmacht omdat je nergens meer terecht kunt met je verhaal. Dus laat je het maar zitten. Wat moet je anders? Het werkt sarcasme, vingerwijzen en oordelen in de hand. Cynisme ligt op de loer.

Een gevolg van gelaten zijn is dat je meer en meer ontevreden wordt. Je gaat meer aan jezelf denken, aan je eigen belang, en het gezamenlijk belang verlies je daarmee uit het oog. Gelatenheid staat niet alleen de groei en ontwikkeling van jezelf in de weg, ook de kwaliteit van je werk zal er onder lijden. Je aandacht en alertheid nemen snel af. Het contact tussen collega's wordt meer 'over elkaar praten' in plaats van 'met elkaar praten'.

RESULTAAT BOEKEN | GELATEN ZIJN

VERDIEPING

Als je je niet gehoord en gezien voelt of merkt dat er maar niets verandert kan er een punt komen dat je het bijltje erbij neergooit. Het is toch zinloos... Als je gelatenheid en machteloosheid ervaart en het idee hebt dat het geen zin heeft je uit te spreken en of iets gedaan te krijgen, kan dit te maken hebben met eerdere ervaringen in je leven.

Als het voor jou als kind niet mogelijk was je te laten horen of als er niet naar je werd geluisterd, zul je dit nu ook eerder ervaren in de buitenwereld. Als je vervolgens denkt: 'Laat maar' en je voelt je machteloos, dan voel je ook geen verantwoordelijkheid meer voor het geheel. De ander heeft het (niet) gedaan en je gaat je slachtoffer voelen.

Ken je het gevoel, dat het geen zin heeft om je te laten horen? De machteloosheid, omdat er niets wordt gedaan met je woorden? Kijk eerst bij jezelf of je dit kent van eerdere ervaringen in je leven. Neem hiervoor de verantwoordelijkheid. Dat waartoe je vroeger niet in staat was, kun je nu als volwassene wel leren. Je kunt het ook laten en in je slachtofferrol blijven. De deur naar onverschillig voelen, ofwel dat je echt afhaakt, staat dan wagenwijd open.

“
Ik zie lijdzaam toe hoe het op mijn werk gaat

Jijzelf

”

OPDRACHTEN EN OEFENINGEN

Ga, voordat je verder gaat met de opdrachten en oefeningen voor jezelf na of de stelling 'Ik zie lijdzaam toe hoe het op mijn werk gaat' nog dezelfde lading en betekenis voor je heeft. Schrijf dit eventueel voor jezelf uit.



1 Zoom in op dit punt resultaat boeken. Stel bijvoorbeeld de volgende vragen: Hoe laat ik me horen en zien? Komt mijn boodschap over? Heb ik het idee dat ik invloed uit kan oefenen of is er een probleem in de organisatie? Welke overtuigingen en/of patronen zitten mij hier dwars. Welk overlevingsmechanisme wordt getriggerd? Oftewel wat maakt dat ik de gelatenheid in stand houd?