

'De rem eraf!'



KICKSTARTER

Ervaar hoeveel meer gas je kunt geven als je die onzichtbare rem kwijt bent!

Vind en licht je interne rem!

De - vaak onzichtbare - rem op je leiderschap ligt niet buiten jou, maar zit in jezelf.

Ik ken die rem zelf ook heel goed: Het stroomt niet en je krijgt er maar niet de vinger achter wat het is. Of je vermoed wel wat het is, maar hebt niemand die je helpt hier licht op te werpen. Of je vindt het sowieso lastig om hulp bij dit soort zaken te vragen, om welke reden dan ook.

In dit leiderschapsprogramma ga ik met leiders op pad om hun interne rem te vinden en te lichten.

Wat is de opbrengst?

Waarschijnlijk vraag je je meteen af, wat betekent dat voor mij, wat bereik ik daarmee? Wat gaven leiders na hun begeleiding terug als resultaat:

- Een aantal van de leiders sprak na de begeleiding over 'bevrijding' - het voelde alsof ze uit hun eigen 'gevangenis' waren gekomen.
- Anderen spreken weer over 'dat het weer gaat stromen' - ze krijgen meer focus, komen in een nieuwe flow terecht en er komen onverwachts zaken op hun pad die ze verder helpen.
- 'Meer verbinding met jezelf en de mensen om je heen'
- 'Je wordt de leider waar je zelf ook graag voor zou werken'
- 'Meer zelfvertrouwen en minder angst voor de reactie of het oordeel van anderen.'
- 'De relatie met je partner, je kinderen en niet te vergeten met jezelf verandert en verbetert sterk.'
- 'Meer rust in je hoofd en als je terugvalt in oude gewoontes kun je daar jezelf weer snel uit sturen. Je hebt minder lang last van je 'terugval' en je wordt er niet meer door tegengehouden.'

Kortom, je wordt effectiever en succesvoller als mens en als leider.

Wat kost het, die rem op je leiderschap?

Vanuit mijn achtergrond als leider in verschillende management en directierollen heb ik veel ervaring met leiderschap met de rem erop.

Eenzijds omdat ik daar zelf heel goed in was - en soms nog ben - maar vooral ook omdat ik het veel om me heen gezien heb.

En ik heb de negatieve effecten ervan ervaren en gezien. Ik heb gezien wat het effect is op het resultaat en succes van organisaties waar leiders de rem erop hebben:

Resultaten blijven achter en organisaties halen er niet uit wat er in zit! Innovatie stagneert of vindt helemaal niet plaats.

Ik heb gezien wat het effect is op de moraal en de dynamiek binnen hun organisaties:

Medewerkers checken uit en teams en individuele medewerkers gaan under-performen.

Ik heb vaak gezien wat het leiders persoonlijk kost: **Geen werkelijke vrienden, geen balans in hun leven, niet de relatie met hun kinderen die ze graag zouden willen, de relatie met hun partner lijdt eronder of loopt op de klippen.**

GeenManOverboord

Ik ben Michiel Soeters en ik combineer 25 jaar leiderschapservaring met de meest recente inzichten in ontwikkelings- en leiderschapspsychologie.

Ik ben ervaringsdeskundige in gas geven met de rem erop en succesvol in het lichten van de rem.

Ik ben opgeleid om mensen te begeleiden bij hun (persoonlijk) leiderschap en ik weet de thema's die jouw rem vormen boven water te krijgen. Nieuwe inzichten en andere keuzes helpen je de rem te lichten.

Ik creëer de veilige omgeving waarin jij je belemmerende patronen kunt onderzoeken en ik help je met een doelgerichte aanpak om de rem eraf te krijgen!

Er is altijd hoop, er is altijd een keuze, een weg naar beter. Er is GeenManOverboord.



Vragen

Wellicht ga jij jezelf ook steeds luider vragen stellen als: Is dit alles? Wat doe ik hier? Waarom houdt het niet op? Of zelfs: Wie zit er op mij te wachten?

Herken je het gevoel alsof je naar een film over je eigen leven zit te kijken. Alsof je er geen werkelijk deel van uit maakt?

Mijn eigen reactie was jarenlang: meer gas geven! Dus, nog harder werken, nog meer privé opofferen, nog een studie erbij, blijven lachen en doorgaan. En vooral zelf en alleen doen en geen hulp vragen.

Om een boodschap sturen

Veel leiders komen op de plek waar ze zitten door hard werken, slim zijn en vooral veel zelf doen. Laten zien dat je het kunt. En vooral, laten zien dat je het alleen kunt. Dat ze jou wel om een boodschap kunnen sturen.

Herkenbaar? En hoe voelt het voor je als ik je vertel dat 'alleen doen' ook meteen de rem op je succes is? En dat 'alleen doen' de rem is op je levensgeluk? En op dat van je collega's? En je partner, en je kinderen?

Internationaal onderzoek laat zien dat veel leiders niet succesvol zijn, worstelen met hun rol of simpelweg falen, omdat ze zich niet verbinden met de mensen om zich heen. Ze zijn het simpelweg 'alleen' aan het doen. Ze werken zich een slag in de rondte, de mensen om hen heen checken uit en als ze opkijken (of vastlopen) zien ze dat ze alleen zijn. En vaak is hun partner er ook nog vandoor (letterlijk of figuurlijk).



Hulp vragen = falen

Wat deed ik, jarenlang, als ik voelde dat het niet 'liep'? Juist nog harder mijn best doen om te laten zien dat ik het kon en dat ze mij wel om een boodschap konden sturen.

Ik was ook een leider die wel hulp gaf, maar het niet aanvaardde. Laat staan dat ik de moed had om hulp te vragen, uit angst dan helemaal door de mand te vallen.

Gas geven met de rem erop. Dat is wat ik deed. En dat is wat veel leiders doen.

Burnout

Heb je het ooit geprobeerd? Door de rem heen rijden? Je kunt je voorstellen, het remsysteem wordt bloedheet. Een letterlijke burnout...

Burn-out bij mensen is een heel concreet verschijnsel dat voortkomt uit gas blijven geven met de interne rem erop.

Maar niet iedereen die de rem erop heeft raakt zomaar burn-out. Voor dat het zover is zijn er vaak al veel signalen geweest en genegeerd.

Die interne rem leidt bij mensen tot verschillende effecten. Bij zowel de mannelijke als de vrouwelijke leiders die ik de afgelopen jaren begeleidde zijn onder andere de volgende verschijnselen in meerdere of mindere mate langsgelopen:

- Angst: om ontmaskerd te worden, te falen en niet goed genoeg te zijn
- Please gedrag: een kameleon zijn, iedereen te vriend willen houden, geen grenzen stellen
- Perfectionisme: uitstelgedrag, controledwang, niet kunnen delegeren, en andere uitingen van perfectionisme
- Eenzaamheid en afgesneden, niet verbonden voelen met zichzelf en anderen
- Agressie en woede voelen of niets meer voelen
- Niemand meer durven vertrouwen
- Toeschouwer zijn in de film die over jouw leven gaat
- Depressieve gevoelens, paniek en angstaanvallen

Vaak krijg ik de vraag: ben ik gek? En ik zal het antwoord ook voor jou nu vast geven: nee je bent niet gek. Dit zijn hele menselijke thema's die elk mens in zijn of haar leven in meerdere of mindere mate tegenkomt.

Maar laten dit nou wel net de gevoelens zijn die een rem zetten op je functioneren als leider en als mens. Weg zelfvertrouwen! Dag vermogen om werkelijk te luisteren. Dag daadkracht! En hé, waar is je besluitvaardigheid gebleven?

Misschien zijn er cynisme, boosheid en wrok voor in de plaats gekomen...

Gas geven met je voet op de rem maakt je ziek en het maakt je een ongeloofwaardige en wellicht ook onveilige leider. Het staat in ieder geval de werkelijke verbinding met anderen en vooral met jezelf in de weg. Met verstrekken gevolgen!

Gevolgen die voor ieder anders zijn. Maar allemaal staan ze je gezondheid, je succes en je levensvreugde in de weg.

Aan de slag

Ja, da's mooi, hoor ik je denken, maar waar moet ik het zoeken als ik ermee aan de slag wil? Waar zit die rem?

De interne rem is een veelal onbewuste kracht, die bestaat uit patronen die hun oorsprong hebben in het verleden.

Ik gebruik graag het beeld van een ui: zie jezelf eens als een ui die zichzelf laag voor laag afpelt. Om tot de kern van de rem te komen, moet je soms een paar lagen afpellen. Als je opgroeit en ervaringen opdoet in je leven komen er als het ware steeds meer lagen om die 'kern' te zitten, waardoor het soms moeite kost om die te zien.



Als leiderschapscoach ben ik gespecialiseerd in het helpen afpellen van uien en het zichtbaar maken van patronen die samen de rem vormen. En ja, soms is het spannend, want wat komt er onder een volgende laag vandaan?

Ik creëer de veilige setting waarbinnen je de kans krijgt om die ui af te pellen en te onderzoeken wat dat met je doet, zonder beoordeeld of veroordeeld te worden, zonder goed of fout. In de vertrouwelijkheid die jij nodig hebt om jezelf te onderzoeken en jezelf te laten zien.

Je 'purpose' geeft je richting

Vaak schuilt er in de onbewuste remmende kracht ook de vraag 'is dit het nou?' - de ervaring (en overigens ook uitgebreid onderzoek) leert dat het formuleren of herijken van je 'purpose' een belangrijke stap in je leiderschapsontwikkeling is.

Waardoor je weer een 'ijkpunt' hebt om te toetsen of datgene wat je op je bordje neemt, ook werkelijk voor jou bedoeld is. Of het je helpt te doen wat bij jou past en of het je organisatie helpt in haar 'why'.

De 'is dit alles' vraag is een roep om betekenis te geven aan je rol en je bestaan. Het onderzoeken van je 'purpose' of 'roeping' is daarom vast onderdeel van het leiderschapsprogramma.

Zelf doen, niet alleen doen

Als jij een leider bent die zich - ook al is het maar een beetje - in dit verhaal herkent, dan wil ik je graag op weg helpen. Want het is een 'inside job', je zult het zelf moeten doen. Maar, en dat is het allerbelangrijkste, NIET ALLEEN!

Simpelweg omdat je andere mensen nodig hebt om werkelijke diepgaande en duurzame verandering in je leven te bereiken.

Elk van ons heeft zijn onbewuste patronen en 'factoren'. Juist omdat ze onbewust zijn ga je ze zelf niet ontdekken. Je vaderfactor, je moederfactor, je schaamtefactor. Iedereen heeft ze, maar je hebt anderen nodig om je er feedback op te geven en om ze je te helpen ontdekken.

Deze 'factoren' geven je kracht en ze vormen je rem.

Ik ben gespecialiseerd in het begeleiden van leiders rondom deze thematiek.

En ik kan je vertellen: elke leider die wil groeien moet zijn 'wortels' onderzoeken. Waar kom ik vandaan, welke invloed hebben mijn vader, moeder en schaamtefactor op mijn leven. Positief en negatief.

Geen enkele leider ontkomt eraan de vraag te stellen: waar mag ik nu eindelijk eens mee stoppen en waar mag ik nu eindelijk eens mee beginnen.

En elke drempel die je neemt leidt weer tot nieuwe vragen en ontdekkingen (de ui blijkt vele lagen te hebben). En elk niveau heeft ook zo zijn eigen 'demonen'.

1:1 en met peers

Ik werk graag in de combinatie van 1:1 begeleiding en samenwerken in peer-groups.

De 1:1 geeft je de gelegenheid echt persoonlijk werk te doen en de wortels van je leiderschap te onderzoeken.

De peer-group geeft je herkenning, inspiratie, nieuwe mensen om je mee te verbinden. Daar onderzoek ik ook graag met jou en de peers de vertaalslag van persoonlijk naar professioneel leiderschap.

Geïnteresseerd? Wil je meer weten?

Via deze link kun je je vrijblijvend [aanmelden voor een persoonlijke verkenning met Michiel](#). Vooraf krijg je een paar vragen om je voor te bereiden en het maximale uit deze ontmoeting te halen!

Graag tot ziens!