

EIGENAARSCHAP

**Waarom
veranderen
altijd
moeilijk is,
en hoe het heel veel
makkelijker kan.**

INHOUDSOPGAVE

hoofdstuk 1 Wat is eigenaarschap?	2
inzicht	3
ontwikkeling	4
verandering	5
hoofdstuk 2 Eigenaarschap en leiderschap in onderwijs	6
de grote verschuiving	7
wat is daarvoor nodig?	8
hoofdstuk 3 De theorie	9
even voor de duidelijkheid	10
kort door de bocht	11
kiezen voor iets anders	12
toen en nu	13
leven of overleven?	14
hoofdstuk 4 De praktijk	16
terug naar nu	17
kiezen wie er stuurt	18
hoofdstuk 5 Doen	19
wat werkt niet/...	20
wat werkt wel?	21
wil je meer?	22



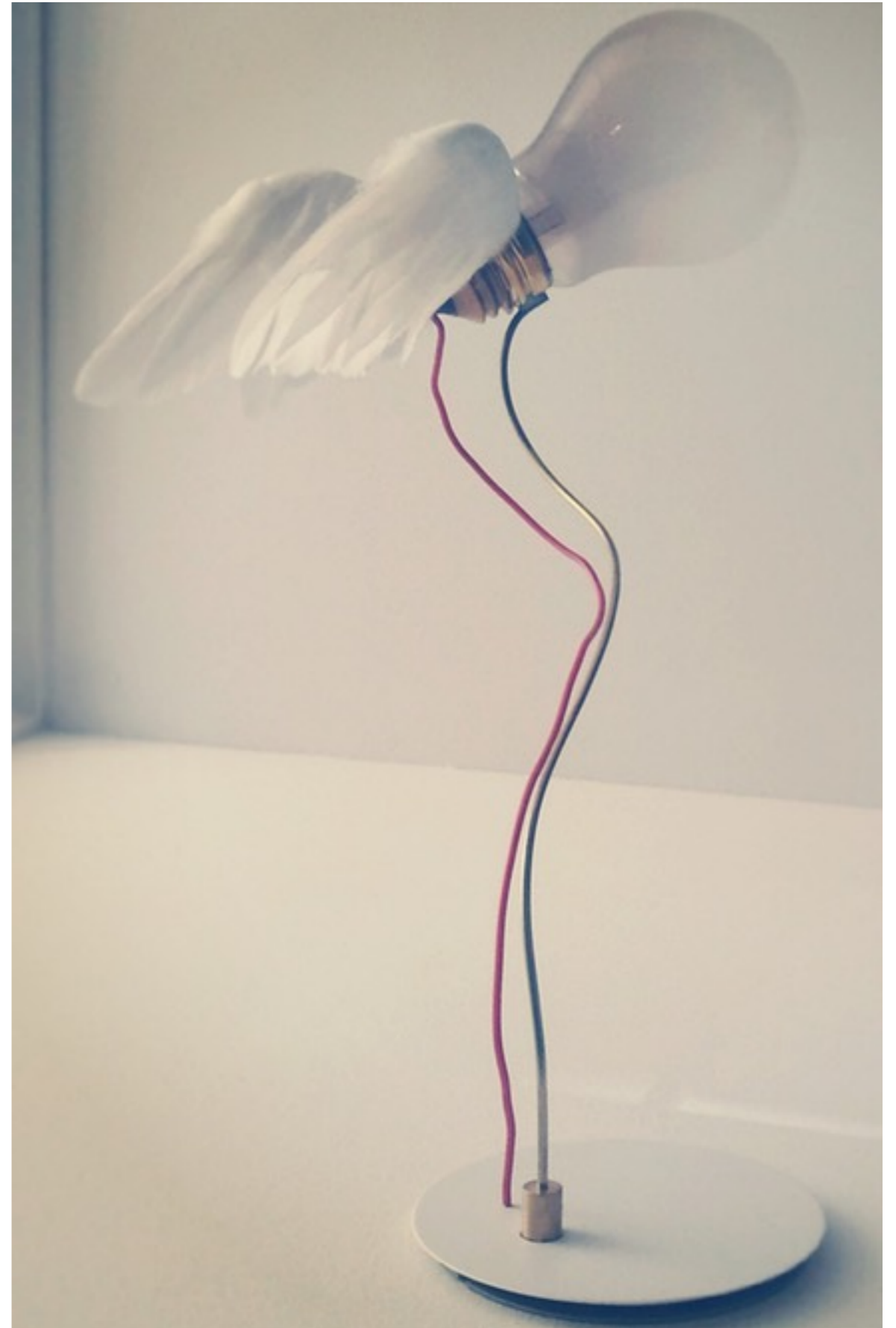
EIGENAARSCHAP

Iedereen praat erover, maar wat is het nou eigenlijk?

Boeken over leiderschap en eigenaarschap schieten als paddestoelen uit de grond. Als samenleving zitten we midden in een transitie waarbij eigen verwachtingen en eigen verantwoordelijkheden opnieuw uitgevonden worden.

Voor ons start het uitvinden bij het herontdekken van wie je werkelijk bent en wat je werkelijk wilt.

Wakker worden. Eigenaar zijn van jezelf en van jouw leven.



inzicht

DIT BOEK GEEFT JE

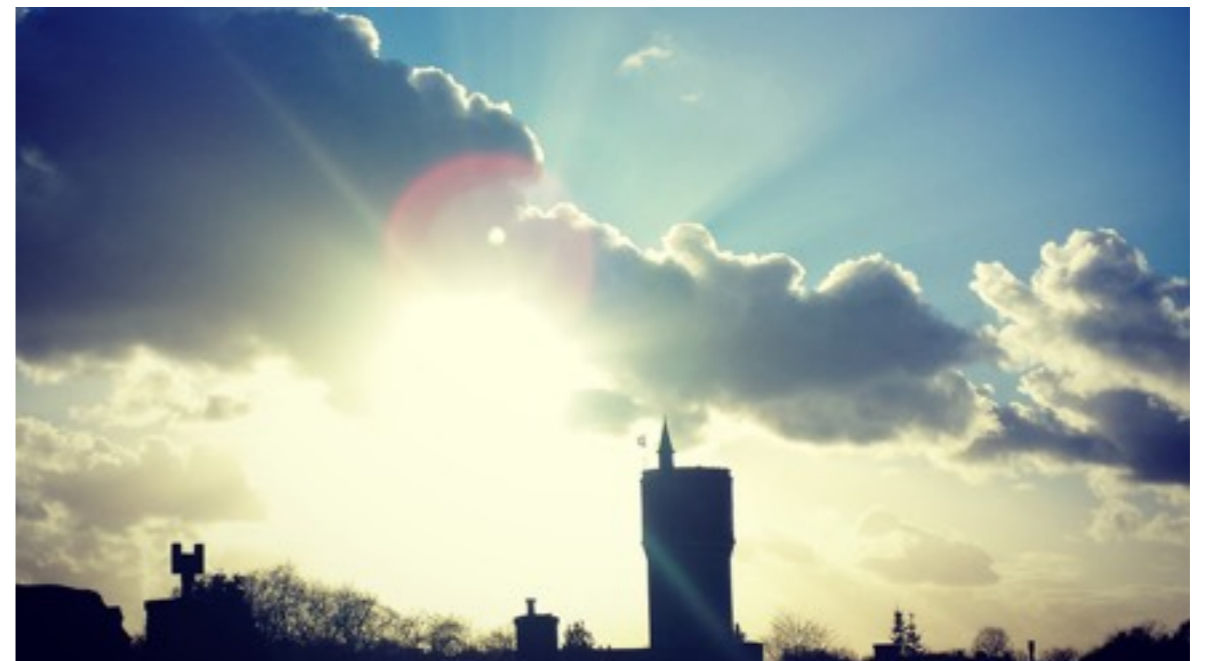
- Meer bewustzijn in wie jij zelf nu eigenlijk bent.
- Het vermogen beter keuzes te maken die bij jou persoonlijk passen.
- Kennis, inzicht en inspiratie om blijvend te groeien in eigenaarschap.
- Tools om steviger in jezelf te staan, keer op keer toepasbaar.

Allemaal zijn we opgevoed door ouders of verzorgers, die op hun beurt ook weer een eigen opvoeding hebben genoten. Oude patronen uit het verleden zijn, al dan niet bewust, meegegeven.

Daarnaast heb je ook nog je eigen ervaringen en patronen, opgedaan tijdens je werk, je studie of welke omgeving dan ook waarbinnen jij jezelf begeeft, al dan niet in relatie tot anderen. Naarmate je ouder wordt begin je deze patronen te herkennen en dit leidt tot inzicht.

Een inzicht is een wekker die je helpt wakker te worden. En hoe meer je wakker bent, hoe meer je jezelf kunt zijn.

INZICHTEN ZIJN VOORWAARDEN VOOR ONTWIKKELING. ALS BRANDSTOF VOOR JOUW ONTWIKKELMOTOR.



ontwikkeling

Wanneer je je ontwikkelt, leidt dat automatisch tot verandering en juist verandering wordt vaak als moeilijk ervaren.

Herken je dat? **Veranderstress** houdt je dan in bedwang en je wordt onzeker en twijfelt over je kunnen.

Het ontwikkelen tot een zelfstandige persoonlijkheid vraagt om het ontvouwen van jouw mogelijkheden. Zowel emotioneel, fysiek, mentaal als spiritueel gaat dat ontvouwen niet zonder slag of stoot. Het is een proces. Weten wie je bent en waar je issues liggen, vervolgens verantwoordelijkheid nemen om dan passende keuzes te maken en daar ook, vol trots, voor gaan staan.

Own who you are.

EIGENAARSCHAP IS REGIE NEMEN OVER JE EIGEN PROCES.

Eigenaarschap wordt vaak gebruikt om binnen een takenpakket te wijzen op verantwoordelijkheden. Als een stok om mee te slaan dus. Maar echt eigenaarschap betekent dat jouw gevoel van competentie, autonomie en jouw relatie met jezelf, met wat je doet en met de mensen om je heen, leidend is.

Hierdoor ga je jezelf en jouw mogelijkheden ‘als vanzelf’ delen.

EIGENAARSCHAP GAAT OVER LIEFDEVOLLE AANDACHT VOOR IEDEREEN, INCLUSIEF EN OP DE EERSTE PLAATS VOOR JEZELF.



verandering

Werken aan zelfrespect en eigenaarschap maakt omgaan met verandering gemakkelijk. Sterker nog, je doorziet veranderingsprocessen en kunt er speels mee omgaan.

VAN VERANDERINGSTRESS NAAR PLEZIER IN VERANDEREN.

Dat is maar goed ook, want verandering is de norm. Heb je er eenmaal lol in, kun je anderen helpen. Het ontwaken van jouw innerlijk leider maakt het mogelijk anderen te ondersteunen in het ontwaken van hun innerlijk leider.



EIGENAARSCHAP EN LEIDERSCHAP IN ONDERWIJS

Iedere dag ontmoet jij, als ouder, leraar of leidinggevende mensen die willen leren.

Mensen die willen weten wie ze zijn, wat ze kunnen en hoe zij zichzelf verhouden tot hun omgeving.



de grote verschuiving

Kinderen gaan een toekomst tegemoet die anders is dan opvoeders ooit kunnen verzinnen. Ook dat is ontwikkeling. Inmiddels zijn kennis en informatie met een druk op de knop vrij en overal verkrijgbaar.

Nu de rol van onderwijs en opvoeding definitief verschoven is van het aanreiken van kennis naar het aanreiken van de tools tot innerlijk leiderschap, speelt eigenaarschap een grote rol.

Een kind wat eigenaar is van zijn of haar leerproces, is onderzoekend en nieuwsgierig, pro-actief, en durft fouten te maken en vragen te stellen. Kwaliteiten die nodig zijn in de wereld waar verandering de norm is.

Het is aan ons, de volwassenen, om eigenaar te zijn van ons eigen proces en hierin verantwoordelijkheid te nemen, om vervolgens onze kinderen en leerlingen te ondersteunen om eigenaar te zijn van hun proces.

Alle nieuwe onderzoeken naar leren, nieuwe vormen van onderwijs en de vele uitdagingen (zoals sociale media) die zich in de opvoeding en onderwijs aandienen zijn signalen van die transitie in onze samenleving.

KINDEREN EN JONGEREN WORDEN UITGEDAAGD ZICH OP EEN ANDERE WIJZE ZICH TE VERHOUDEN TOT DE WERELD WAARIN ZIJ LEVEN DAN WIJ OOIT GEDAAN HEBBEN. MAAR DAT IS ALTIJD ZO GEWEEST.

Onderwijs draait om het vinden van jezelf en weten wie je bent.

Het draait om contact met jouw eigen innerlijk weten, het kennen van je mogelijkheden en hoe je dit potentieel verder kunt brengen.

Het draait om bijdragen aan leven in vrijheid in relatie met jezelf en de ander, waarbinnen unieke gaven leiden tot meer levenslust, passie en plezier.

wat is daarvoor nodig?

Dit alles vraagt om bewustwording. Van oude patronen en waar ze vandaan komen. Bewustwording van dat waar je nu als volwassene hard tegenaan loopt, waar je weerstand voelt en waar je behoeften liggen. Bewustwording in de keuzes die je maakt. In wanneer je bijdraagt aan meer relatie, meer autonomie en meer competentie en wanneer juist niet.

Het vraagt ruimte nemen om écht naar elkaar te luisteren, juist ook op het moment waarop er geen tijd voor lijkt te zijn.

HET VRAAGT OM HET VOLGEN VAN JOUW INNERLIJK KOMPAS.

Wij weten dat de onderwijspraktijk weerbarstig is. Dat zelfs een ogenschijnlijk exact dezelfde situatie totaal anders kan uitpakken en flexibiliteit en vloeibaarheid reddingsboeien zijn op de golven van ervaringen en emoties. Er zijn ook zoveel mensen bij betrokken, elk met een eigen pakketje aan gedragingen en interpretaties.

We kennen net als jij de waan van de dag. En natuurlijk weten we dat er dagen zijn waarop je niet 100% aanwezig kan zijn.

En tegelijkertijd weten we dat door het nemen van eigenaarschap jij zelf aan het stuur komt te staan. Dat je van - soms zelfs onwillige - passagier op een ronddobberend bootje kapitein van het schip wordt.

UITEINDELIJK KAN ER MAAR ÉÉN AAN JOUW ROER STAAN: DOOR WIE LAAT JIJ JE STUREN?

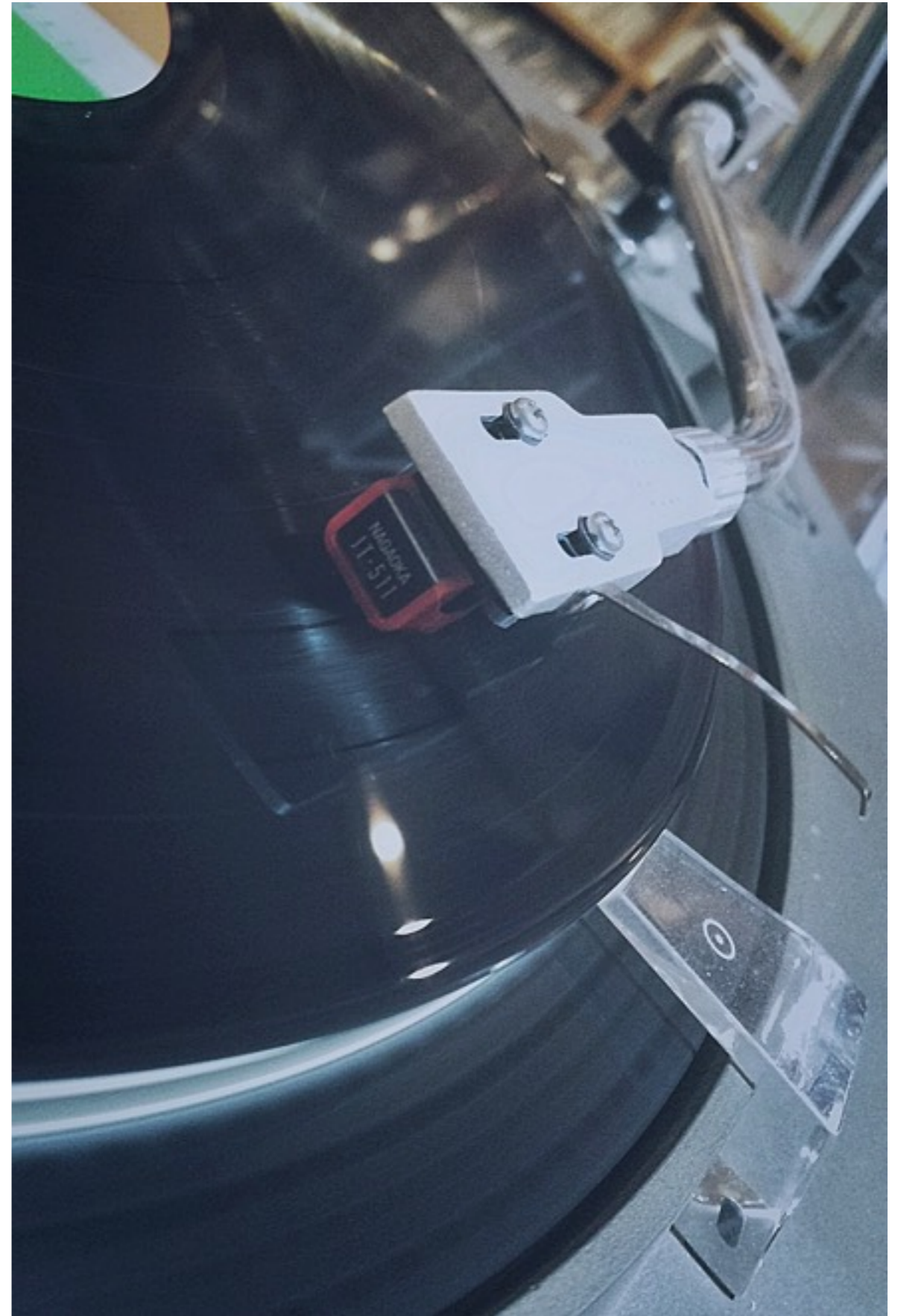


DE THEORIE

Alles leuk en aardig, maar hoe doe je dat nou?

Daarvoor heb je eerst wat theorie nodig. Een denkkader, van waaruit je kunt zien en voelen wat je doet, wanneer je het doet en hoe je het doet. Zodat je daarna, natuurlijk kunt kiezen voor iets anders.

Want uiteindelijk is veranderen niet meer dan dat: kiezen voor iets anders.



even voor de duidelijkheid

Gelukkig zijn in de loop der jaren jouw behoeftes ook vaak vervuld. Natuurlijk heb je heel veel gave en leuke en stoere en spannende dingen gedaan. Liefde, spullen, eten en drinken gekregen. Had je als kind een thuis, familie, huisdieren, en vrienden. Veel geluk gehad, genoten, ervaren, beleefd en gezien.

DIT BOEK IS ECHTER NIET BEDOELD OM DAARIN TE BEVESTIGEN OF TE VIEREN, HOE MOOI DAT OOK KAN ZIJN.

Goeie ervaringen leveren geen innerlijke stress op. Goeie ervaringen maken je niet ziek of lusteloos. Goede ervaringen houden je niet gevangen in belemmerende patronen. Nee, dit boek zet juist een schijnwerper op the dirty stuff: dat wat verborgen is. Waarin je nog niet wakker bent omdat het domweg te veel pijn doet, stress oplevert of paniek veroorzaakt. Omdat je je schaamt of schuldig voelt. Of omdat je jezelf veroordeelt.

WEET JE NOG? DIT BOEK HELPT JE ONTWAKEN. ZODAT JE KUNT HELEN, EN DAARNA BEWUST KUNT KIEZEN VOOR DAT WAT ÉCHT BIJ JOU PAST.

Dus laten we kijken naar het kind, de puber en de jong volwassene in jou en welke rol ze nu misschien nog spelen in jouw volwassen leven.



kort door de bocht



BEHOEFTEN

De behoefte van het kind raakt veiligheid. Die van de puber erbij horen, goed genoeg zijn, gezien worden. Die van de jong volwassene waardevol zijn, bijdragen, presteren.

ISSUES

De issues van het kind spelen omtrent veiligheid. Die van de puber omtrent zichtbaarheid. Die van de jong volwassene omtrent presteren.

VERGELIJKEN MET EN OPKIJKEN NAAR

Een kind kijkt naar de volwassenen om zich heen en laat zich door hen leiden. Een puber kijkt naar leeftijdgenoten en laat zich door hen leiden. Óók wanneer je jezelf er tegen afzet en anders wilt zijn. Rebelleren is nog steeds jij in relatie tot anderen en niet gewoon jij. Een jong volwassene kijkt naar de wereld en laat zich leiden door baas, leidinggevende, politieke overtuiging en dergelijke.

WAARDE

Voor een kind wordt wie je bent bepaald door wat je hebt, voor de puber door wie je kent en voor de jong volwassene door wat je doet.

KWALITEITEN

Kwaliteiten van het kind zijn o.a. verwondering, nieuwsgierigheid, pure vreugde en levenslust. De capaciteit om ergens helemaal in op te gaan. Spelen. Van de puber zijn dat bijvoorbeeld avontuurlijkheid, out of the box-denken, vragen durven stellen, iets bespreekbaar maken. Kritisch kijken. Onderzoeken. En de kwaliteiten van de jong volwassene zijn voorstellingsvermogen, visie. Durven dromen. Kunnen zien hoe het anders kan.

kiezen voor iets anders



Dat klinkt gemakkelijk, maar we weten allemaal allang dat oude patronen moeilijk los te laten zijn. Als een naald van een oude pick-up speler die blijft hangen in de groef van die grijs gedraaide LP. Elke keer hetzelfde liedje. Elke keer ben je er al ingetrapt voor je er erg in hebt. En elke keer krijg je dan ook, min of meer, hetzelfde resultaat.

Wanneer het resultaat je niet meer aanstaat, moet je de naald in een andere groef zetten. Of, meer realistisch, een andere groef máken. En dat begint, best letterlijk, bij het kiezen van jouw lied.

Wie wil je zijn?

Hoe wil je zijn?

Wie ben jij nu eigenlijk écht?

Wat is jouw unieke weergaloze melodie?

In dit hoofdstuk geven we je die theorie en dat denkkader om je te helpen erachter te komen wie je bent, nu, en hoe je keuzes kunt maken die passend zijn voor jou en jou alleen.

een voorbeeld

Stel je voor, als kind bevond je je in een situatie en je niet wist wat er van je werd verwacht en je wist niet wat je moest doen. Maar je wist één ding wel: je wilde, dat de grote mensen om je heen van je hielden, voor je zorgden en dat je veilig was.

Op dat moment koos je een oplossing waarvan je dacht dat het de meeste veiligheid zou opleveren. Dat kan van alles zijn, maar denk simpelweg bijvoorbeeld eens aan: ik doe net of het er niet is. Of: ik doe heel lief en behulpzaam.

TOEN

Die behoefte aan veiligheid, en het daarmee gepaarde gevoel van onzekerheid, onrust en angst wanneer het in gevaar komt, dat hoort bij het kind.

En de manier om ermee om te gaan is de strategie van het kind.

NU

Als volwassene heb je andere behoeftes. Onze natuurlijke behoefte is groei en beweging. Onze natuur is expansie. En als volwassene wil je altijd meer daarvan, je wilt ontdekken,

expressie geven aan jezelf en in contact staan met anderen die dat ook doen. Ervaren. Dat brengt je in situaties waarmee je soms geen raad weet, omdat ze totaal nieuw voor je zijn. Je weet niet wat er van je wordt verwacht en je weet niet wat je moet doen.

Maar dat is oké, want als volwassene ben je in staat alles wat je in je leven als kind, puber en jong volwassene hebt geleerd in te zetten om keuzes te maken die passend zijn voor jou, nu.

De strategieën van de volwassene zijn eindeloos.

In theorie dan.

IN DE PRAKTIJK KOMT, IN EEN SPANNENDE PERIODE, JOUW INNERLIJKE KIND MET AL ZIJN DRINGENDE BEHOEFTE AAN VEILIGHEID HELPEN MET EEN EFFECTIEF BEWEZEN KINDERSTRATEGIE: NEGEER DIT! OF: SNEL PLEASEN!

En daar ga je, terug, in jouw patroon, en het voelt goed in het begin. Omdat het bekend en vertrouwd en rustig is en bovenal, jouw innerlijke kind is in slaap gesust. Mmmm. Veilig.

Maar is jouw volwassen behoefte nu vervuld? Nee. Het was de behoefte van het kind in je. Dus na een tijdje als jouw kind lekker ligt te slapen voel je je volwassen behoeftes weer en het wringt.

leven of overleven?

En zo is een innerlijk conflict geboren. Want jouw innerlijke kind en jij als volwassene willen andere dingen. En een innerlijk conflict is altijd een energielek. Je wordt er doodmoe van.

ZO VERLIEST VERANDEREN GLANS, GROEI VERLIEST

AANTREKKELIJKHEID.

Nieuwe dingen voelen als opgelegd, er moet veel en je voelt jezelf minder en minder in je kracht staan. Aan het roer?

Eigenaarschap? Pfff.

Het is al lastig genoeg jezelf gewoon staande te houden. Te functioneren. En je begint meer en meer de strategieën toe te passen waarmee je bekend bent. Ontkennen. Wegkijken. Goedpraten. Pleasen. Het mooier maken dan het is. Onderdrukken. Compenseren. Jezelf overschreeuwen. Harder werken. Allemaal bedoeld om te overleven.

Maar overleven is niet hetzelfde als leven. En dat voel je, diep van binnen.

DIEP VAN BINNEN HEERST HET VOLWASSEN VERLANGEN

VOLOP EN VOLUIT TE LEVEN.

Dit is natuurlijk maar een heel simpel voorbeeld. Maar denk er eens over na: hoeveel stemmen hoor jij in je hoofd?

‘O shit, ik kom te laat!’

‘Nou, iedereen komt wel eens te laat, maakt niet uit.’

‘Ik wil helemaal niet te laat komen!’

‘Ik baal er altijd enorm van als iemand anders te laat komt, en nu dit. Ze zullen wel denken.....!’

‘Jij ook altijd met je grote bek. Sjonge jonge. Kun je niet eens op tijd komen zeg.’

‘Oké, accepteren nu dat ik te laat ben, ik haal het vanavond wel in.’

‘Wat ben ik toch een kneus he. Altijd wel iets met mij.’

‘Hahaha. Wat een gedoe zo ’s morgens vroeg.’

En als ze al zo te keer gaan bij zoiets simpels als te laat komen, wat denk je dat ze doen bij grote, belangrijke zaken? Juist. We vertalen dat naar woorden als 'onrust' en 'spanning'. We zeggen: 'ik weet het niet meer hoor, aan de ene kant vind ik dit, aan de andere kant dat, maar ja, je kunt het óók nog zó bekijken.. Ik word er gek van!'

Geen wonder ook. Want om het iets lastiger te maken: je hebt niet alleen één kind in je. Je hebt er een heleboel. En daarnaast nog een verzamelingetje pubers en jong volwassenen. En allemaal hebben ze onvervulde behoeften, want ook jij als puber en jij als jong volwassene had domweg nog niet de manieren en middelen om goed voor jezelf te zorgen.

Je was druk met andere zaken: hoe je eruit zag, bijvoorbeeld. Wat jouw positie was ten opzichte van anderen. Hoe veel je moest verdienen om geen 'loser' te zijn. Welke kleding je droeg en welke niet. Hoe je haar zat.



DE PRAKTIJK

Nu je weet dat je in jouw dagelijks reilen en zeilen wordt geadviseerd door kinderen, pubers en jong volwassenen wordt het belangrijk: hoe kies ik als volwassene?



terug naar nu

Je bent nu dus een volwassen man of vrouw. En je kunt nu dus, in theorie, gebruikmaken van al die kwaliteiten van het kind, de puber en de jong volwassene in je. Met alle kennis en ervaringen, al die wijsheden en inzichten.

Komt daar nog bij de kwaliteit van de volwassene: handen en voeten geven aan dat wat je wilt en wat jou geweldig, mooi, prachtig en uniek maakt.

**DE VOLWASSENE HEEFT DE KENNIS EN DE RESOURCES OM DAT
WAT JE DROOMT WAAR TE MAKEN.**

Hier en nu. Tastbaar. Met beide benen op de grond. Op een manier die past bij jou.

Nu in jouw praktijk is het belangrijk om de strategieën van jouw kind, jouw puber en jouw jong volwassene naast je neer te leggen. Ze dragen immers niet bij aan je volwassen behoeften aan expansie en verbinding en creëren.

Hoe lastig is het, onbevangen en blij te zijn wanneer je je zorgen maakt om je veiligheid?

Hoe moeilijk is het, te onderzoeken en kritisch te zijn wanneer je bang bent je mond open te doen?

Wat als ze me uitlachen?

Wat als ik afga?

Wat als mensen denken: ‘Daar heb je hem/háár weer..!?’

Hoe ontmoedigend is het vrij en geïnspireerd te dromen, wanneer je uiteindelijk moet presteren en je geen idee hebt hoe je het voor elkaar kunt krijgen? Waardoor je misschien wel als mislukkeling wordt gezien...

‘Nu’ is het dus heel erg belangrijk goed te weten wie je nu bent, daar diep contact mee te maken en je daar door te laten leiden.

De volwassen jij aan het stuur. De kapitein op het schip.

kiezen wie er stuurt

Wie laat jij sturen? Het bange kind? De schaamtevolle puber? De gedesillustioneerde of op ego gerichte jong volwassene? Of de volwassene, vrij, vanuit liefde, veilig in zichzelf en in zijn kracht.

**INNERLIJK LEIDERSCHAP IS KIEZEN WIE DE BESLISSINGEN
NEEMT.**

Betekent dat dan dat je de rest moet negeren? Hoe voel jij je, wanneer je wordt genegeerd?

Betekent dat dan dat je ze moet onderdrukken? Hoe voel jij je, als je wordt onderdrukt?

Betekent dat dan dat je ze boos moet wegsturen?

Het antwoord op al deze vragen is natuurlijk: nee. Wat wél, lees je in het volgende hoofdstuk.



DOEN

Hoe ga je om met de delen in jou die bang en verdrietig zijn? Die denken dat zij jou moeten redden? Die daar helemaal niet de handvatten voor hebben maar het tóch proberen? Omdat ze willen overleven?



wat werkt niet...



We hebben al gezien wat niet werkt: boos worden. Kwaad dat kind wegsturen, die puber nog meer schaamte en schuldgevoel geven, de jong volwassene snerend toespreken omdat hij zo groot droomt dat het een fantasie is geworden.

Wat ook niet werkt is onderdrukken, negeren, overhalen en al dat soort strategieën die niet alleen niet-volwassen zijn maar ook nog eens de oorspronkelijke oorzaak zijn van de gekwetste en onvervulde stukken in jou.

En toch zijn dit de strategieën waarin we zijn getraind. Onszelf vermanend toespreken, die schop onder de kont, discipline, niet moeilijk doen. Doorzetten en doorbijten. Het leven is zwaar, deal with it. Je moet er hard voor werken en dan moet je nog maar geluk hebben.

En oh ja, het kan allemaal, zomaar, ineens, afgepakt worden. Beklemmend en eng!

We kennen allemaal mensen, die als ze zich verdrietig voelen tegen zichzelf zeggen: 'Nou, kappen met dat gezeik, hier heb je niets aan! Normaal doen nu!' Maar daarvan wordt een bang kind niet minder bang. En een puber kruipt daarvan alleen maar in zijn of haar schulp. En een jong volwassene verliest de droom. Probeer dan nog maar eens contact te krijgen met al die mooie kwaliteiten..

Tijd dus voor iets nieuws. Een nieuwe strategie die wél werkt.

wat werkt wel?



Wat nu als je gewoon liefdevolle aandacht hebt voor die stukken in jezelf? Om vervolgens vanuit jezelf als volwassene beslissingen te nemen? Dus wel luisteren en liefhebben, maar niet doen wat er wordt gezegd. Wel erkennen en begrijpen, maar niet volgen.

Jouw zelfoordeel, schaamte en schuldgevoel aan de kant en ruimte voor jou.

HET IS EVEN SIMPEL EN VOOR DE HAND LIGGEND ALS MOEILIK EN VOOR ONSZELF VAAK ONGELEERD. AANDACHT, EERLIJKHEID EN LIEFDE.

Dat betekent dus niet dat je de emoties niet voelt. En ook niet dat je overal 'boven' moet staan. Het betekent, dat je eerlijk bent in wie je bent en leert herkennen en erkennen wie er praat, in jou. Het betekent dat je met die stukken zorgvuldig en liefdevol omgaat. Om vervolgens gewoon, als volwassene, je eigen plan te trekken.

Hoe meer je weet wie er praat in jou, hoe meer je wakker bent.

En hoe meer je wakker bent, hoe meer je bewust keuzes kunt maken.

En hoe meer je bewust kunt kiezen, hoe meer ruimte er is voor de volwassen jij.

En hoe meer ruimte, hoe meer je jouw volwassen behoeftes kunt vervullen.

En hoe meer je dat kunt, hoe meer je volop en voluit kunt leven.

Dus wie ben jij, nou?

Wat heb je nodig?

Wat is jouw unieke weergaloze melodie?

Wij zingen graag met je mee.

wil je meer?

Wil je nog meer wakker zijn in wie je bent?

Wil je kunnen tappen van een steeds vernieuwende stroom van tips, inspiratie, oefeningen en andere tools om je hierin te ondersteunen?

Via social media, onze website en de nieuwsbrief vind je wat jou helpt je steeds steviger in jezelf te voelen en als de volwassen jij aan het roer te staan. (Klik op de links op de pagina hiernaast.)



LEIDERSCHAP IN ONDERWIJS

