



*IN 6 VRAGEN VAN FRUSTRATIE NAAR
FLOW ALS ZELFSTANDIG ONDERNEMER*

Deel 2

Wat kun je doen?

heleenmoes
ondernemerscoach

WAT KUN JE DOEN?

Deel 2

En? Heb je echt jezelf een pauze gegund? Ik hoop het van harte, want dat komt de kwaliteit van het volgende deel heel erg ten goede.

Je hebt in deel 1 de vragen beantwoord over jouw verlangen, over hoe jij je wilt voelen in verschillende rollen en situaties.

Om je zo te kunnen voelen, om te werken aan je verlangen, zal je specifieke dingen moeten DOEN. Je zal specifieke KEUZES moeten maken die bijdragen aan hoe jij je wilt VOELEN.

Door hier bewust bij stil te staan, lukt het je in de 'waan van de dag' de juiste dingen te doen. Word je nu daarom bewust van wat je kunt DOEN en grijp hier naar terug op de momenten dat je veel stress en frustratie ervaart.

Soms kom je in de dagelijkse gang van zaken in de knel, waardoor er geen ruimte is om te vertragen of stil te staan bij wat belangrijk voor je is. Door juist buiten de 'waan van de dag' hier wel de tijd voor te nemen, maak je betere keuzes op het moment waarop het er toe doet.

Geef jezelf de tijd om bij de volgende vragen stil te staan. Ontdek wat jij kunt DOEN om te werken vanuit je VERLANGEN en je goed te VOELEN bij datgene dat je DOET.

Mooie inzichten gewenst in deel 2!

Deel 2

HOE BLIJF JE BEWUST?

Helderheid krijgen op belangrijke zaken is maar één stap in het proces van betere keuzes maken en meer voldoening uit je werk halen. De volgende stappen is het implementeren en werkelijk de verbeteringen die je hebt ontdekt realiseren.

Het is belangrijk tijd vrij te blijven maken voor je verlangens. De 'waan van de dag' is vele malen sterker dan je wellicht nu realiseert. Zeker in tijden dat je veranderingen door wilt voeren. Wij mensen zijn nu eenmaal van nature niet zomaar te veranderen. Dit vraagt frequent aandacht van onszelf en onze omgeving.

Daarom heb ik nog een paar zinnen voor je die je af mag maken. Hang je antwoorden op een prominente plek op, zodat je regelmatig hier aan herinnerd wordt.

Dit is wat ik ga doen om actief en scherp te blijven kiezen vanuit mijn verlangens

Dit is wat ik niet meer ga doen, zodat ik tijd, aandacht én energie vrij maak om te kunnen blijven kiezen vanuit mijn verlangens

Als ik blijf kiezen vanuit mijn verlangens en trouw blijf aan hoe ik mij het liefst wil voelen, dan zal het volgende gebeuren



Ben jij er klaar voor?

Je hebt nu deel 1 en deel 2 afgerond. Je hebt helder gekregen waar je naar verlangt en ook wat je kunt doen om werkelijk anders te kiezen. Ik gun het je van harte dat je gaat én blijft kiezen vanuit jouw persoonlijk verlangen. Het zal aan het begin misschien een beetje wennen zijn. Want je hoofd wil slimme dingen doen. En tot nu toe was 'slim' waarschijnlijk iets dat niet direct gekoppeld was met jouw gevoel. Na vandaag is dat hopelijk anders. In ieder geval heb je een eerste stap daartoe kunnen zetten.

Mocht je merken dat het in de praktijk toch tegenvalt, dan ben ik er voor je. Misschien ontdek je dat de keuzes die je graag wilt maken, nogal wat complex zijn of dat je twijfelt over h^oe je precies je verlangens kunt blijven volgen. Geef dan een seintje. Ik help je graag je verlangens te vinden, te vertrouwen, te volgen en te versterken. Kiezen vanuit verlangen levert je namelijk niet alleen een fijnere vorm van ondernemen op, het draagt ook wezenlijk bij aan de groei van jouw bedrijf.

*Kies voor ondernemen
vanuit flow!*

heleenmoes
ondernemerscoach



DURF TE VERTROUWEN OP WAT JE ENERGIE LAAT STROMEN

Ik ben Heleen Moes en ik help ondernemers die na jaren succes ineens iets voelen knagen. Die denken: er moet iets veranderen. Maar wat en hoe?

Ik gids je als ondernemer naar waar jouw energie stroomt en naar waar je jezelf vastzet. En geef je ruimte en vertrouwen om je stroom te volgen en deze zakelijk gezond te maken.

Zodat je flow ervaart in je ondernemerschap en weer voldoening haalt uit jouw talenten.

Bezoek heleenmoes.nl of plan direct een kennismaking voor meer informatie.

kennismaking plannen