

Aangeboden door:
Julie de Kinderen

jouw drijfveer

Find your
WHY

www.innerseed.be

Aangeboden door:
Julie de Kinderen

jouw drijfveer

Find your
WHY

proru

Voorwoord	03
Aan de slag met jouw WHY	04
Opdracht 1 - Kindertijd	04
Opdracht 2 - Werksituaties	05
Opdracht 3 - Privé-situaties	06
Opdracht 4 - Overkoepelende thema's	07
Opdracht 5 - WHY statement	09
Opdracht 6 - The golden circle	10
Je drijfveer inzetten	11





Voorwoord

Ga op zoek naar wat jou drijft

“Eén voorwaarde moet vervuld zijn om aan de slag te gaan met het realiseren van je droom. Je moet je droom zien! Je moet weten wat jouw innerlijke motor drijft.”

Om te ontdekken wat jouw drijvende kracht is achter alles wat je doet kan je op zoek gaan naar jouw WHY. De WHY geeft aan waarom je doet wat je doet. Hiervoor zijn er verschillende methoden om achter te komen wat jou drijft. Een daarvan is de Golden Cirkel van Simon Sinek. De Golden Cirkel bestaat uit 3 cirkels:

WHY - Waarom doe je wat je doet? Dus, je drijvende kracht achter alles wat je doet.
HOW - Hoe doe je wat je doet? Hoe onderscheid je jezelf van anderen?

WHAT - Wat heb je te bieden.
Vele succesvolle en inspirerende bedrijven starten met het ontdekken van hun WHY. Ze laten je weten waarom ze doen wat ze doen, hoe ze dat doen en wat hun visie is.
Wij zijn hier niet persé om een bedrijf te starten maar ik geloof heel sterk dat wanneer jij jouw WHY ontdekt, je met een volwaardiger gevoel in het leven staat. Als jij weet waarom je doet wat je doet, of dit nu een bedrijf oprichten is, als bediende of freelance werkt, als partner of huismoeder, of wanneer je met vriendinnen samen bent; als jij jouw WHY hebt ervaren zal je weten wat jou drijft. Voedt, laat stromen en dus vervult.

Jouw WHY wijst namelijk naar jouw uniek potentieel.
Het gaat over de rode draad in je leven. Datgene wat je als kind al deed, dat wat je, wie weet nu nog steeds, doet zonder dat je het door hebt. Datgene waar je niets voor hoeft te doen, maar het gewoon bent.
Wanneer jij dus helder hebt wat jouw WHY is zal dit een geweldig geschenk zijn. Het zal dienen als kompas waar je alle belangrijke beslissingen aan kan afwegen.
Je kan dan voor jezelf toetsen of je nog op je eigen pad bent en in stroom. Of dat je jezelf zo aan het aanpassen bent dat je niet meer weet wie je zelf bent.

Laten we op ontdekking gaan!

Aan de slag met jouw WHY

“Wie zijn waarom kent, wie weet 'wat zijn hart doet jubelen', staat in de startblokken voor het realiseren van zijn droom. Wie zijn waarom kent, beschikt over de tools om zelf architect te worden van zijn leven.”

Het basis werk voor wie op zoek wil gaan naar de kern van zijn droom: Simon Sinek. Find your WHY. (Penguin Books)
Of neem een kijkje voor meer informatie op: <https://simonsinek.com/find-your-why/>

Opdracht 1 - Kindertijd

We gaan een rode draad creëren doorheen je leven. Hierbij beginnen we in de kindertijd. Neem hiervoor extra papier (6) en pen.

We gaan 3 kindertijd situaties opschrijven waarbij je jezelf in FLOW voelde.
In FLOW betekent dat je aan het stromen bent. Dat datgene wat je doet uit jezelf ontstaat. Het kost weinig tot geen moeite.

- Je voelt je fantastisch
- Je kan helemaal jezelf zijn
- Je behaalt moeiteloos goede resultaten
- Enz.

Je geeft per situatie:

- een titel
- een omschrijving van de situatie
- ga vooral in op hoe je je voelde. Wees hierin heel specifiek. Niet gewoon 'goed' of 'slecht'.

We gaan 3 kindertijd situaties opschrijven waarbij je jezelf LOW voelde.
Low betekent dat je uit je eigen centrum bent. In de meeste gevallen komt het voort uit aanpassen aan de andere, de omgeving, aan dat wat er van je gevraagd wordt. Je bent vaak aan het 'pleasen'.

- Je voelt je slecht
- Je ervaart geen flow
- Je geraakt totaal geblokkeerd
- Je geraakt niet vooruit
- Je verloochent jezelf
- Enz.

Je geeft per situatie:

- een titel
- een omschrijving van de situatie
- ga vooral in op hoe je je voelde. Wees hierin heel specifiek. Niet gewoon 'goed' of 'slecht'.

Kindertijdsituaties

Noteer hier de titels van je verhalen.

FLOW

LOW

Aan de slag met jouw WHY

Opdracht 2 - Werksituaties

Nu gaan we ook op zoek naar de rode draad doorheen je werk carrière.
Neem opnieuw extra papier (6) en pen.

Nu gaan we 3 werksituaties opschrijven waarbij je jezelf in FLOW voelde.
In FLOW betekent dat je aan het stromen bent. Dat datgene wat je doet uit jezelf ontstaat. Het kost weinig tot geen moeite.

- Je voelt je fantastisch
- Je kan helemaal jezelf zijn
- Je behaalt moeiteloos goede resultaten
- Enz.

Je geeft per situatie:

- een titel
- een omschrijving van de situatie
- ga vooral in op hoe je je voelde. Wees hierin heel specifiek. Niet gewoon 'goed' of 'slecht'.

We gaan 3 werksituaties opschrijven waarbij je jezelf LOW voelde.

Low betekent dat je uit je eigen centrum bent. In de meeste gevallen komt het voort uit aanpassen aan de andere, de omgeving, aan dat wat er van je gevraagd wordt. Je bent vaak aan het 'pleasen'.

- Je voelt je slecht
- Je ervaart geen flow
- Je geraakt totaal geblokkeerd
- Je geraakt niet vooruit
- Je verloochent jezelf
- Enz.

Je geeft per situatie:

- een titel
- een omschrijving van de situatie
- ga vooral in op hoe je je voelde. Wees hierin heel specifiek. Niet gewoon 'goed' of 'slecht'.

Werksituaties

Noteer hier de titels van je eigen verhalen.

FLOW

LOW

Aan de slag met jouw WHY

Opdracht 3 - Privé-situaties

Nu gaan we ook op zoek naar de rode draad doorheen jouw privéleven.
Neem opnieuw extra papier (6) en pen.

Nu gaan we 3 situaties opschrijven uit jouw priveleven waarbij je jezelf in FLOW voelde.
In FLOW betekent dat je aan het stromen bent. Dat datgene wat je doet uit jezelf ontstaat. Het kost weinig tot geen moeite.

- Je voelt je fantastisch
- Je kan helemaal jezelf zijn
- Je behaalt moeiteloos goede resultaten
- Enz.

Je geeft per situatie:

- een titel
- een omschrijving van de situatie
- ga vooral in op hoe je je voelde. Wees hierin heel specifiek. Niet gewoon 'goed' of 'slecht'.

We gaan 3 privésituaties opschrijven waarbij je jezelf LOW voelde.

Low betekent dat je uit je eigen centrum bent. In de meeste gevallen komt het voort uit aanpassen aan de andere, de omgeving, aan dat wat er van je gevraagd wordt. Je bent vaak aan het 'pleasen'.

- Je voelt je slecht
- Je ervaart geen flow
- Je geraakt totaal geblokkeerd
- Je geraakt niet vooruit
- Je verloochent jezelf
- Enz.

Je geeft per situatie:

- een titel
- een omschrijving van de situatie
- ga vooral in op hoe je je voelde. Wees hierin heel specifiek. Niet gewoon 'goed' of 'slecht'.

Privé - situaties

Noteer hier de titels van je eigen verhalen.

FLOW

LOW

Aan de slag met jouw WHY

Opdracht 4 - Overkoepelende thema's

Om de rode draad te vinden gaan we kijken naar de overkoepelende thema's. Bekijk elk flow verhaal opnieuw en kijk naar herhalende patronen, woorden of zinnen. Gevoelens die steeds terugkomen. Zaken die je dan aan het doen bent. Duid dit aan in je verhalen. En noteer er hier minimum 9 van. Herhaal dit ook voor je low verhalen.

Overkoepelende thema's

Schrijf er minimum 9 op.

FLOW

LOW

Aan de slag met jouw WHY

Nu gaan we deze thema's terugbrengen tot een kern voor jou. Let op thema's die samen horen. Bijvoorbeeld andere verwoordingen voor hetzelfde gevoel. Noteer hierbij 6 kernthema's die jouw rode draad laten zien.

Kern thema's

Welk van deze thema's resoneert nu het meest bij jou? Bij welk thema heb je een intens gevoel, diepe herkenning, een besef dat dit is wie jij bent en wat jij doet? Waar krijg jij kippenvel van? Wat ontroert je? Of voel je misschien ook angst in je lijf? Dat je dit mag gaan zien, voelen en (h)erkennen. Schrijf hierover iets op.

Aan de slag met jouw WHY

Opdracht 5 - WHY statement

Nu gaan we vanuit de rode draad in je leven je WHY statement uitzoeken. Je WHY is je missie. Het is een combinatie van je talenten en je waarden. Het is dat waarvoor jij leeft. Het is als het ware je levensdoel, de 'steen' die jij wilt verleggen op Aarde.

Mijn missie is om mensen te raken, te inspireren en te bekrachtigen om terug naar hun eigen kern te gaan. Zodat ze het leven leven dat écht bij hen past. Ik geloof dat we hierdoor vrijer en blijer zijn en de wereld mooier maken. We hoeven minder te voldoen aan alles wat er van ons wordt verwacht. En leven meer vanuit ons hart.

Ga nu dus zelf brainstormen over jouw WHY statement.

Dit bestaat uit:

Een werkwoord (je bijdrage) ... zodat ... (je impact).

- Jouw bijdrage aan de wereld.

Op welke manier wil jij van de wereld een mooiere plek maken?

- Welke impact jouw bijdrage heeft.

Hoe zou de wereld eruit zien wanneer jij jouw bijdrage hebt geleverd?

Wat is het droomresultaat dat je voor ogen hebt?

Welk verschil wil je maken?

Let op:

- Hou je WHY statement eenvoudig.

- Jouw WHY statement is niet werk- of situatiespecifiek gebonden.

Het gaat om wie jij bent als persoon, wat jij als persoon wil bijdragen aan de wereld. Meestal was dit al zichtbaar in je kindertijd.

- Het gaat niet zozeer over de juiste verwoording maar om het gevoel. Wat voel je erbij? Raakt het je?

Krijg je kippenvel?

- Jouw WHY schrijf je niet in 1 dag. Het heeft tijd nodig om te rijpen.

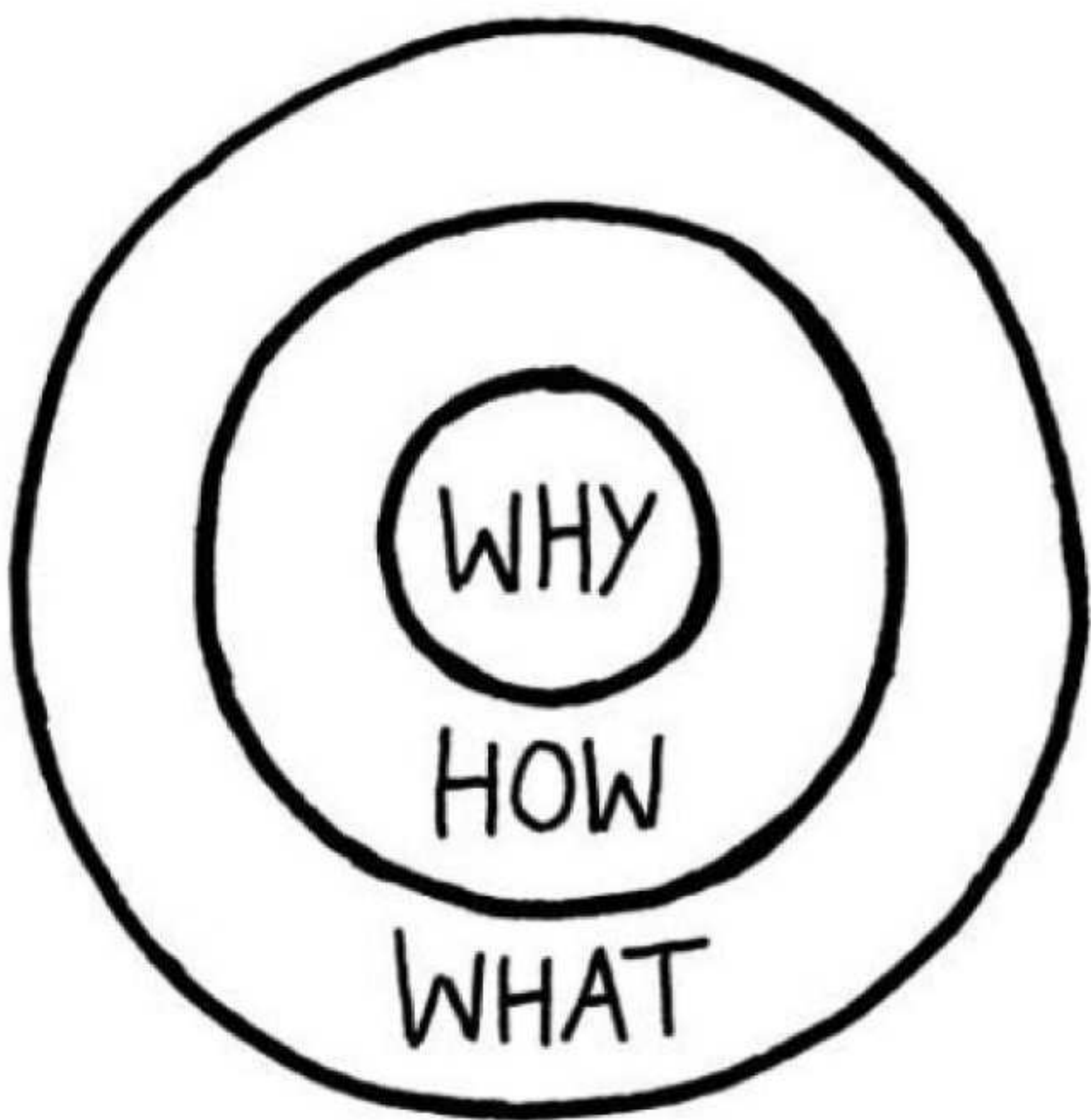
- Brainstrom en werk telkens verder.

- Deel het met anderen en spreek het hardop uit.

- Je statement is af wanneer je het helemaal voelt.

Mijn WHY statement

Verbind je WHY met je wat en je hoe.



"Every organization and every person's career operates on three levels: what we do, how we do it, and why we do it. We all know what we do: the products we sell, the services we offer or the jobs we do. Some of us know how we do it: the things that we think make us different or stand out from the crowd. But very few of us can clearly articulate why we do what we do.

The WHY is the purpose, cause, or belief that drives every organization and every person's individual career. Why does your company exist? Why did you get out of bed this morning? And why should anyone care?"

- (Bron: The Science of WHY | Simon Sinek)

Doorheen deze opdrachten heb jij nu voor jezelf jouw WHY ontdekt. Je weet nu waarom jij doet wat je doet, vanbinnenuit. Je weet wat jouw drijfveer is.

Je vertrekt hierdoor vanbinnenuit. Nu kunnen we gaan kijken of jouw HOW maar vooral jouw WAT (nog) klopt.

“Whether you are an entrepreneur, an employee, a leader of a team, or are looking to find clarity on your next move, your WHY is the one constant that will guide you toward fulfillment in your work and life.”

Wat is het wat je doet? En hoe doe je dit? Matcht dit met jouw WHY? Staat het in diensten van jouw WHY? Ben je op het juiste pad om in FLOW te leven of heb je het idee meer in LOW te zijn?

Ben hierover eerlijk naar jezelf! Hoe meer je het durft aan te kijken hoe meer verandering er kan ontstaan.

De buitenste cirkel is de WAT. Wat is het wat je doet? Dit is iets wat je heel realistisch kan bekijken en opschrijven. Check of dit klopt met jouw WHY.

En dan de HOE. Hoe breng jij dit in de wereld? Op welke manier? Dit gaat over jouw unieke talent en jouw identiteit. Er is niemand anders zoals jij.

Eigenlijk gaat het er hier om dat je WAT, je HOE en je WHY ten dienste staan van elkaar. Als dit zo is en je hebt hier bewustzijn op dan kan je vanuit je kern in flow het leven leven waarvoor je hier gekomen bent.

Aan de slag met jouw WHY

Je drijfveer inzetten.

Nu is het aan jou!

Hoe ga je leven vanuit je WHY? Ontdek of je 'wat' en je 'hoe' dienend zijn aan jouw WHY.

Leef je vanuit FLOW of meer vanuit LOW. Wat kan je hier zelf in veranderen en wat heb jij hiervoor nodig?

Hoe ga jij jouw WHY realiseren?

Wat is het droomresultaat wat je voor ogen hebt?

Welk verschil wil jij maken in de wereld?

Welke beweging wil jij op gang brengen?

Je kan dit koppelen aan je bedrijf, je werk. Maar even goed aan je passie, je hobby, je dagelijkse zijn. De manier waarop je over straat loopt of met andere mensen, dieren, planten in contact bent.

Als je jezelf hierin wil laten begeleiden of nog meer verdiepen kan dit in persoonlijke sessies. Ook kan je het werkboek aanvragen waarin je verder op zoek gaat naar jouw HOE. Waarin je talenten en je identiteit verder onderzocht worden. Zodat je nog meer duidelijkheid krijgt over de droom, het potentieel wat in je leeft.

Met veel liefde gemaakt en uitgeschreven met inspiratie vanuit The Science of WHY | Simon Sinek en Dreamers who do | Hilde Helsen en SOulworx Academy | Aurelie de Kinderen.

Omdat mijn passie is om zo veel mogelijk mensen terug te brengen naar de essentie van wie ze zijn. Julie de Kinderen | INNERSEED