

# Hoe vergroot je je persoonlijke impact?

Het verkennen, invullen en toepassen van de **verbindende driehoek start bij jezelf**. Vervolgens kun je dit toepassen op alle **betrokken partijen** van je (project)organisatie. De uitkomsten die hieruit voortkomen, helpen jou nog beter inzicht te krijgen in wat nodig is om je missie te laten slagen: **wat is nodig om betrokkenen te empoweren om de gewenste actie te laten ondernemen**.

Hieronder vind je de eerste essentiële stap die nodig is om je persoonlijke impact te vergroten en de weerstand te verminderen. Op deze manier start je met de basis van de verbindende driehoek.

## #1 Wees waardevol

**Waar komt jouw bevlogenheid vandaan?** Het is heel belangrijk om het verhaal van jouw ideaal te kennen. Dit helpt jou betere beslissingen te nemen die ten dienste staan van **jouw ideaal**. Je krijgt een sterkere focus. Bovendien inspireer je hiermee je omgeving. Je raakt ze met jouw verhaal in het hart. Je zet **mensen sneller in beweging** als jouw verhaal gevoelens bij ze oproept. Beantwoord voor jezelf de volgende vragen. *(De werkwijze is gebaseerd op de methode "Start With Why" van Simon Sinek)*

- **Noem 5 hoogtepunten en 5 dieptepunten** uit je leven (dus ook uit de periode toen je nog kind was of studeerde). Schrijf op wat er als eerste bij je opkomt en wees kort en specifiek.

- Sta nu **stil bij de gevoelens** die deze gebeurtenissen bij jou losmaakten. Op de volgende pagina vind je een overzicht van mogelijke emoties.
- **Noteer de gevoelens** achter elk hoogte- en dieptepunt. Door stil te staan bij deze gebeurtenissen en bijbehorende emoties kom je terecht bij wat voor jou wezenlijk is. Dit vormt de **kern van jouw verhaal**.
- Ga nu **op zoek naar de rode draad** tussen deze gebeurtenissen door jezelf de volgende vragen te stellen. Waarom is deze gebeurtenis zo betekenisvol voor mij? Hoe reageer ik daarop? Zijn er dingen die keer op keer terugkomen? Wat is het terugkerend thema. Voorbeelden van thema's zijn: samenwerking, vrijheid, gelijkwaardigheid, eerlijkheid.
- Schrijf op waar jij je het **meest druk om maakt** als het om dit thema gaat. Waar zit jouw grootste opwinding? Waar raak je gefrustreerd door of erger je je aan?
- Beschrijf nu in een paar zinnen het verhaal over jouw ideaal: **ik geloof dat..... want ik gun.....**



# GEVOELENS

Machtig	Sterk	Haat
Afgunstig	Doelgericht	Doelloos
Moe (moegestreden)	Treurig	Vitaal
Agressief	Eenzaam	Hebberig
Minachting	Tevreden	Voldaan
Bang	Euforisch	In balans
Nerveus	Teleurgesteld	Vrolijk
Beledigd	Achterdochtig	Jaloers
Ongerust	Trots	Walging
Bemind	Fit	Koppig
Onrustig	Veilig	Wanhopig
Boos	Geliefd	Levenslustig
Opgelucht	Verdrietig	Zelfvoldaan
Blij	Gelukkig	Leeg
Ontspannen	Verliefd	Zelfverzekerd
Buitengesloten	Gemotiveerd	Gepasseerd
Schuldig	Verontwaardigd	...



### **Was dit waardevol voor je?**

Dit komt uit mijn gratis e-book Vergroot je impact. Hierin deel ik 5 praktische wijsheden met je om weerstand waardevol te maken.

*“Hoi Maaïke, wat een goed boek met duidelijke uitleg en tips. Daar kan een ieder wat uithalen voor zijn eigen missie maar ook voor die van anderen. Arjan Erkel”*

**[Vraag hier gratis het e-book aan](#)**

© Maaïke Rotteveel (2019) - Je mag dit document in zijn geheel doorsturen naar anderen. Wil je delen overnemen, dan word ik daar graag van op de hoogte gebracht. Ik zie het als een groot compliment! 😊