

**Once
upon
a time
I wanted
to be ...**

Een invulboek om je passie en talent te vinden



Gouda, MMXXV

Intro

Ongeacht je leeftijd, het ontdekken van wie je écht wilt zijn en wat je wilt doen in je leven (professioneel of privé) kan immense voldoening geven. Het kan je het gevoel geven dat je elke dag met een glimlach wakker wordt, omdat je je plek in de wereld hebt gevonden. Maar hoeveel mensen ken jij die echt doen wat ze leuk vinden? En hoe zit het met jou? Heb je een duidelijk beeld van wat je wilt? Wat maakt je écht enthousiast? En wat zou je doen als alles mogelijk was? Dit boek biedt je de tools om te ontdekken hoe jouw ideale leven eruit ziet, welke doelen je hebt en geeft je waardevolle inzichten en praktische tips over hoe je dat kunt bereiken.

Instructies

Elke opdracht is zorgvuldig ontworpen om je dichter bij je ideale toekomst te brengen en helpt je om jouw talenten, passies, dromen en doelen helder te krijgen. Je zult onderweg ook 'Even iets anders'-opdrachten tegenkomen. Deze opdrachten zijn er om de dagelijkse sleur te doorbreken, nieuwe perspectieven te ontdekken en creatief na te denken. Alle opdrachten samen zorgen ervoor dat je niet alleen vooruitkomt in het bereiken van je doelen, maar ook plezier beleeft en inspiratie vindt.

- Schrijf liever meer dan minder op.
- Voeg 'omdat' toe, waar je wilt.
- Probeer het niet allemaal in één keer op te schrijven.
- Als je het antwoord op een vraag niet meteen weet, kom je er later gewoon weer op terug.

Hoofdstukken

1.	Wie ben je?	...6
1.1	Het goede en het slechte	...8
1.2	Favorieten	...14
1.3	Euhm24
1.4	Dit ben ik (niet)	...36
1.5	Geef jezelf een cijfer	...38
1.6	Kleuren	...40
1.7	Wat vind jij?	...52
2.	Wat wil je?	...64
2.1	Een reis door je verleden	...66
2.2	Maak een businessplan	...76
2.3	Dankbaarheid	...90
2.4	Meer en minder	...96

2.5	Wat als?	...100
2.6	Jouw ideale leven	...104
2.7	Bucketlist	...108
3.	Doelen behalen	...118
3.1	Je doelen	...120
3.2	De planning	...128
4.	Nuttige tips	...138
1	Leer om te falen	...140
2	Het gaat niet om jou	...142
3	Kleur met vier kleuren	...143
4	Vergeet mij niet	...144
5	Niet te sociaal	...145
6	Oefening baart kunst	...146
7	Je kunt niet alles	...148
8	Neem een stap terug	...149

Wat zijn jouw slechtste eigenschappen?

Wat zijn jouw beste eigenschappen?

1.1 Het goede en het slechte

Werk is

Succes is

Geluk is

Geld is

Carrière is



Jij houdt ervan plezier te maken,
omringt je graag met mensen en je
bent altijd positief.

Jij bent meestal een beetje
chaotisch en ongeorganiseerd.

Jij kunt niet tegen regels of strakke
schema's.

Als iemand zegt:
'We gaan een spel spelen',

lijkt jouw antwoord op:
'Dat klinkt leuk!
Wie komen er nog meer?'

Welk onderdeel
van het businessplan
vond je het leukst?

Waarom vond je
dat het leukst?

Welk onderdeel
van het businessplan
vond je niet leuk?

Waarom vond je dat niet leuk?

Vandaag ... / ... /
ben ik dankbaar voor

Vandaag ... / ... /
ben ik dankbaar voor

2.7 Bucketlist

Lees de vorige twee hoofdstukken nog eens door, wat valt je op? Zijn er ideeën, woorden of thema's die steeds terugkomen? Merk je dat sommige onderwerpen je meer energie of enthousiasme geven dan andere? En zijn er doelen waar je meer vertrouwen in hebt?

Nu je deze inzichten hebt, is het tijd om je bucketlist op te stellen. Vraag jezelf af: wat wil ik binnen één jaar, vijf jaar en in mijn leven bereiken, en van wat geloof ik dat ik het kan realiseren? Denk niet alleen aan grote prestaties, maar ook aan kleinere, persoonlijke doelen die je dichterbij je echte zelf brengen.

3.1 Je doelen

Zoals je in de vorige hoofdstukken hebt gelezen, is vertrouwen een belangrijk thema. Stel, je wilt piano leren spelen, maar kunt geen noot lezen. Bladmuziek kan dan als een onmogelijke uitdaging voelen en je denkt misschien snel: 'Laat maar.' Het behalen van een doel kan gelukkig maken, maar het benodigde werk kan ontmoedigend zijn, vooral als het overweldigend lijkt.

Wat je nu gaat doen, is een plan maken voor een doel en het opdelen in kleinere, behapbare stappen. In het volgende hoofdstuk komt de planning aan de beurt.

(Voorbeeld) Doel

Ik wil een vaardig pianist worden die in staat is om zelf muziek te componeren.

Waarom wil ik dit?

Omdat ik een passie heb voor muziek, altijd al een muziekinstrument heb willen spelen, en een piano mij het meeste aantrekt.

Als ik dat binnen drie jaar bereikt wil hebben dan:

Over twee jaar

- Kan ik complexe muziekstukken spelen.
- Begin ik aan mijn eerste eigen stuk.

Over één jaar

- Kan ik noten lezen.
- Kan ik simpele muziekstukken spelen.
- Heb ik genoeg gespaard om een piano te kopen.

Wanneer heb ik dit behaald?

Binnen drie jaar heb ik mijn eerste eigen stuk geschreven.

Wat heb ik nodig?

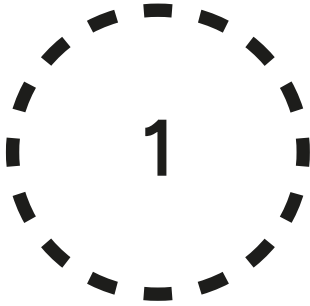
- Noten leren lezen
- Basis akkoorden en toonladders leren
- Basis cursus volgen
- Piano leraar vinden
- Piano of keyboard kopen

Over zes maanden

- Heb ik de basisakkoorden en toonladders onder de knie.
- Heb ik een goede leraar gevonden.

Over drie maanden

- Heb ik een eenvoudig keyboard gekocht.
- Ben ik online een basis cursus aan het volgen.
- Ben ik elke dag aan het oefenen.



Leer om te falen

Wees niet bang voor de 'nee's' die je krijgt. Elke nee is een kans om te leren en brengt je dichterbij de ja die uiteindelijk zal volgen. Afwijzing is vaak niet persoonlijk en zegt weinig over jouw waarde; het kan simpelweg betekenen dat het moment of de situatie niet juist is.

Door vol te houden na een afwijzing, ontwikkel je veerkracht en kun je je aanpak verbeteren. Elke nee biedt feedback die je kunt gebruiken om te groeien. Uiteindelijk zullen de ja's komen, maar alleen als je in jezelf blijft geloven en doorzet.

Veel succesvolle mensen hebben vaker nee dan ja te horen gekregen, maar het verschil zit in hun vastberadenheid om door te zetten. Zie afwijzing niet als het einde, maar als een kans om sterker en wijzer te worden en gebruik elke nee om dichterbij je doel te komen.

Oefening: Zoek afleiding als je er doorheen zit. Luister bijvoorbeeld naar een podcast, doorloop je moodboards opnieuw, help een vriend of ga aan de slag als vrijwilliger. Doe iets positiefs om te voorkomen dat een nee je raakt.

'Only those
who dare to
fail greatly, can
ever achieve
greatly.'

— John F. Kennedy