

Het Strategisch Succesmodel

Het Strategisch Succesmodel

Hendrik Hellemans

Schrijver: Hendrik Hellemans
Coverontwerp: Pieter Geerts
Tekeningen: Wim Clynhens
Eindredactie: Mind Your Words
ISBN: 9789402179729
© Hendrik Hellemans
© Coachingplanet.be
Oktober 2018

Alle rechten voorbehouden/ All rights reserved

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm, of op welke andere wijze en/of door welk ander medium ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever en de auteur.

Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Noch de maker, noch de uitgever stelt zich echter aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave.

Proloog

Hoe komt het dat de ene persoon een gelukkig en betekenisvol leven leidt en een andere rondzwalpt in de branding van het leven? Hoe komt het dat de ene een succesvolle carrière of onderneming opbouwt en de andere blijft hangen in twaalf stielen en dertien ongelukken? Waarom heeft de ene wel veerkracht om op staan wanneer hij is geveld door tegenslagen en kan de andere geen kracht en motivatie vinden om terug recht te staan?

Sta me toe hierover een gewaagde uitspraak te doen.

Ieder persoon is waardevol en uniek. Iedere persoon heeft een bepaalde hoeveelheid talenten en eigenschappen meegekregen bij de geboorte maar niet iedereen kan deze eigenschappen ten volle verzilveren. Vaak weet je niet hoe je dat doet en wat er allemaal mogelijk is. Vaak word je beperkt door je omgeving en geconditioneerd van jongs af aan. Misschien heb je geen voorbeeld kunnen volgen dat inspireert of heb je nog niet de juiste manier van aanpakken ontdekt. Je hebt nog geen systeem of rolmodel gevonden. Je bent je niet bewust van de kwaliteit van je denken en je blokkeert jezelf met belemmerende gedachten.

Wie ben ik om dit zo neer te schrijven?

Ik neem je mee in mijn verhaal.

Na mijn studies hotelmanagement in Zwitserland volgde ik een vrij klassiek levenspad. Ik begon mijn loopbaan in grote hotelketens zoals Hilton en Sheraton. Ik kreeg verking en huwde. We werkten veel en hard, genoten van het jonge leven en deelden onze passie, paardrijden. We hadden samen grote dromen. Maar toen stond het leven plots stil. Op oudejaarsnacht in 1994 overleed mijn echtgenote in een auto-ongeval.

In die ene seconde veranderde mijn hele leven. Lieve was er niet meer. Onze dromen, onze toekomst, alles was ineens weg. Eerst was er het verdriet, dan samen met het verdriet kwam de boosheid. Waarom zij? Waarom wij? Waarom?

Er was niets meer om voor op te staan, niets meer om naar uit te kijken. Er was alleen maar leegte en woede. En heel veel onbegrip. Ik was 34 jaar en volledig gebroken.

Tijdens de eerste maanden van 1994 werd het gevoel van leegte en apathie steeds sterker. Pillen om te kalmeren en een groot drankgebruik brachten weinig soelaas. Steeds dieper zakte ik weg in het moeras van verdriet en zelfbeklag. Het werd alleen maar erger. Ik werd ontslagen omdat ik niet meer functioneerde zoals het werd verwacht. Ik kon hen geen ongelijk geven. De woede en het zelfbeklag verdwenen niet, integendeel. Het drankgebruik nam toe, ik kwam niet meer uit bed en zakte dieper en dieper in een zwart gat. De maanden die daarop volgden bracht ik door in een waas.

Tot een telefoongesprek een ommekeer bracht. Het was middag, maar vanuit mijn bed beantwoordde ik de telefoon met een schorre en hese stem van het nachtbraken: "allo"?

“Mijnheer Hellemans, we hadden toch afgesproken voor uw sollicitatiegesprek om 11 uur deze ochtend?”

Verdorie, ik was die sollicitatie volledig vergeten. Afgaande op mijn ongepaste reactie kwamen de volgende woorden: “U heeft zich niet aan onze afspraak gehouden, voor ons hoeft het niet meer. Prettige namiddag,” en er werd opgehangen.

Ik stond op en keek in de spiegel. “Dit kan niet meer zo,” zuchtte ik. “Dit ben ik niet. Zo wil ik niet door het leven. Ik ben meer dan dat.” Plotseling knapte er iets in mij. “Ik moet hier iets aan doen.” Ik besepte dat ik anders moest gaan denken en niet meer denken vanuit een slachtofferrol. Denken dat mijn leven opnieuw opbouwen mogelijk was. Denken dat alles opnieuw mogelijk was. Anders denken voor een ander resultaat.

En ik begon mezelf terug op te bouwen. Ik verslond boeken over persoonlijke ontwikkeling, volgde motiverende seminars bij Tony Robbins, Brian Tracy en Bodo Schaeffer en ging aan mezelf werken. De pillen en drank werden opgeborgen en ik begon me beter te voelen. Ook vond ik in mijn nieuwe omgeving inspiratie om aan sport te doen en ik ging joggen. De eerste keer liep ik amper 500 meter want ik had geen conditie meer en was vele kilo’s zwaarder geworden.

Ik begon anders te denken over mezelf en mijn omstandigheden en kreeg een ander resultaat.

De kracht van het denken fascineerde me steeds sterker en sterker. Ik ontdekte de kracht van je mentale insteek en de interne kracht van je gedachten en je overtuigingen om persoonlijke veranderingen teweeg te brengen.

En mijn inspanningen hadden succes toen ik terug ging solliciteren. Ik kreeg een nieuwe job als hoteldirecteur. Het ging steeds beter en beter met me. Ik zag een zeker patroon in het behalen van resultaten en succes. Een patroon dat ik kon herhalen. Een succesmodel.

Zo besliste ik op een dag te stoppen met roken. Twintig jaar lang had ik meer dan een pakje per dag gerookt. Vanaf het moment van die beslissing tot de dag van vandaag heb ik niet meer gerookt. Van roker naar niet-roker, met één gedachte. Ik herhaalde dat patroon en kreeg opnieuw een sterk resultaat.

Ik ontmoette opnieuw een fantastische vrouw en werd terug verliefd. Valence en ik zijn enkele jaren later getrouwd en we zijn nog steeds erg blij met elkaar. Elke dag opnieuw.

Ik ging die mentale kracht en dat patroon ook op andere vlakken benutten. Het joggen werd intenser en ik begon marathons te lopen. Vrij snel verlegde ik grenzen want ik liep niet alleen in België maar over de hele wereld. Mijn uitdagingen werden steeds groter, van een ultra-marathon in Zuid-Afrika naar een marathon in het hartje van Antarctica, het meest onvriendelijke en koude continent ter wereld.

Vanuit een diep zwart gat was ik teruggekomen en had ik terug een boeiend en interessant leven opgebouwd. Ik ben erin geslaagd opnieuw een internationale carrière op te bouwen en steeg geleidelijk in de hiërarchie van een hotelketen tot algemeen directeur van Duitsland. Met Valence een mooie relatie begonnen en nieuw geluk daarin gevonden. Opnieuw energiek en daadkrachtig door het leven. Opnieuw verschillende successen behaald en grote dingen gedaan.

Hoe deed ik dit?

Ik ben anders gaan denken. Door het toepassen van een eigen systeem ging de wereld terug voor mij open. Gedachten creëren je wereld. Door anders te denken gecombineerd met een juiste aanpak kon ik bergen verzetten. Ik ontdekte dat dit patroon, mijn systeem of succesmodel ook bij anderen sterke resultaten teweeg bracht. Zo begon ik andere mensen te helpen.

In 2009 maakte ik een nieuwe droom waar en startte ik Coachingplanet.be, mijn eigen bedrijf in trainingen en coaching. En omdat de combinatie met mijn toenmalige internationale job onmogelijk bleek, heb ik eind 2015 de doorstart gemaakt om mij voltijds op business coaching en zakelijke trainingen en workshops toe te leggen. Om niet alleen ondernemers maar ook particulieren te helpen. De rode draad tussen mijn opleidingen en coachings is het mentale. Alles start vanuit het brein.

Sindsdien geef ik ook mentale coaching en workshops over je doelen bereiken zoals “Word architect van je eigen leven”. Het is een stappenplan dat bij mij en ook bij anderen werkt. En daarom heb ik dit boek geschreven. Ik wil nog meer mensen inspireren en motiveren om de beste versie van zichzelf te worden. Om de kracht en motivatie te vinden en om te bereiken wat je echt wil. Zowel in je persoonlijk als professionele leven.

Veel leesplezier!

Hendrik

Introductie:

Het Strategisch Succesmodel

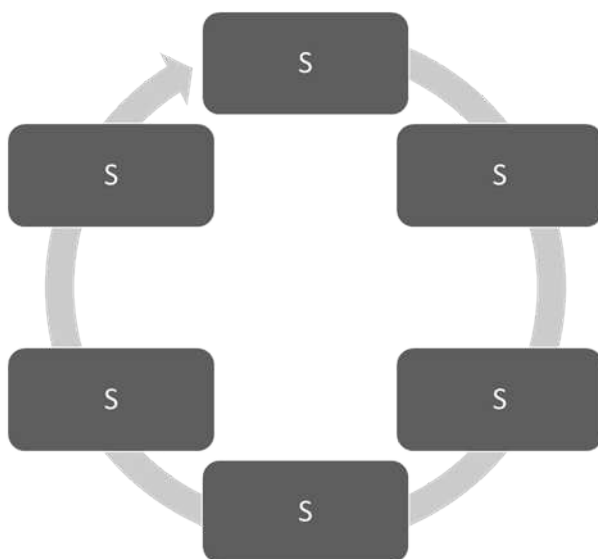
Ik ben ervan overtuigd dat mijn 'Strategisch Succesmodel' jou kan helpen om je van eender welk punt van je leven of onderneming feilloos te brengen naar waar je wilt landen. In welke fase van je leven je ook bent, hoe moeilijk het op dit ogenblik ook gaat, dit boek gidst je door de verschillende uitdagingen waar je voor staat om het leven dat je zelf wil te creëren.

Zoals je hebt kunnen lezen in "*mijn verhaal*" heb ik dit succesmodel zelf toegepast op relationeel vlak, op gebied van gezondheid, in mijn financiën en met mijn bedrijf. En ook in het realiseren van mijn grote dromen zoals een marathon lopen op elk continent van de wereld, inclusief in het hartje van Antarctica. Van de zeven miljard mensen op onze aarde hebben slechts driehonderd mensen dit volbracht.

Dit "6S" model is voorgesteld als zes te nemen stappen in een cirkel. Elk van deze "S'en" is een hoofdstuk op zich met verschillende domeinen. Bouwstenen als het ware. Ze staan

los van elkaar maar moeten om efficiënt te zijn met elkaar verbonden worden. Het leven is sowieso één geheel, lichaam en geest en je levenscirkels raken elkaar. Soms overlappen ze elkaar, staan ze naast elkaar, maar steeds als een geheel. Het wordt je zodadelijk wat duidelijker.

Een aantal woorden zullen in het Engels staan. De betekenis van veel van deze woorden is ruim te interpreteren. Ze worden als vreemd woord bij ons al frequent gebruikt en maken soms al deel uit van onze woordenschat. Of zoals men in Nederland zegt: “dat bekt gewoon lekkerder”.



Het strategisch succesmodel met zes “S’en”.

Een kort overzicht van de verschillende hoofdstukken.

Hoofdstuk 1. De eerste “S” is “Start met jezelf”. We kiezen zelf wat we belangrijk vinden. We maken kennis met het concept van onze Life Circles, onze levenscirkels. We geven vorm aan onze dromen, wensen en doelen. We speuren naar onze waarom’s. Waarom doen we wat we doen? Vergelijk het met een architect die eerst de wensen en dromen van zijn klanten leert kennen om deze dan op te nemen in zijn plan.

Hoofdstuk 2. Vervolgens stappen we naar de tweede “S” van “Smart”. We maken alles tastbaar door onze dromen en doelen in een vorm te gieten. Zo creëren we de fundamenten waarop we verder gaan bouwen. Vage doelen geven een vaag resultaat. We willen net transparante, inspirerende doelen. Het zijn de bouwplannen van een architect.

Hoofdstuk 3. De derde “S” van “Spamfilter” waar we inzichten krijgen in onze interne dialoog. Hoe praten we met onszelf? Hoe denken we? Blokkeren we onszelf door vroegere conditionering of belemmerende gedachten? Denken we in mogelijkheden of in problemen? Welke mindset hanteren we? Welke vragen stellen we onszelf? Waar ligt onze focus? Onze geest en onze overtuigingen zijn de stuwende kracht in het bereiken van wat we willen.

Hoofdstuk 4. De vierde “S” staat voor “Stimuli”. Hoe kan je jezelf motiveren om tot actie over te gaan? Zonder actie is er

geen reactie. Lees meer over de tien manieren om jezelf te motiveren. Wat is wilskracht, waar komt het vandaan en hoe krijg je er meer van? Hoe werkt wilskracht en hoe bouw je energie op?

Hoofdstuk 5. De vijfde “S” staat voor “Strategie”. Strategie is “hoe” je een doel gaat bereiken. Bepaal welke vaardigheden en middelen je nodig hebt en gaat inzetten om je doelen te bereiken. Je brainstormt over je SWOT en FOCUS QUADRANT-model.

Hoofdstuk 6. De zesde “S” staat voor “Succesplan”. Je persoonlijke plan voor succes, je roadmap, in detail. Stap voor stap ga je door het proces en kan je vooruitgang gaan meten. Hoe ga je daarnaast met tegenslag en tegenwind om? Hoe veer je terug recht na een tegenslag?

Hoofdstuk 7. Dit hoofdstuk gaat over het creëren van krachtige en succesvolle gewoontes die je kunnen ondersteunen in het bereiken van je doelen. Motivatie laat je starten en gewoontes laten je volhouden. Succesvolle gewoontes zoals omgang en communicatie met mensen, efficiënt met je beschikbare tijd omgaan en je richten op je constante groei. Krachtige gewoontes zoals positivisme en een eigen agenda.

De beste manier om dit boek te lezen en een blijvende verandering in je leven door te voeren, is door het actief te

lezen. Onderstreep en highlight zinnen in dit boek die je inspireren en tot actie aanzetten. Maak er een werkboek van. Gebruik een apart notaboekje om andere zaken en gedachten te noteren en schrijf je planning erin. Kijk het regelmatig in en herbron jezelf. Als je er dan binnen enkele jaren op terugblijkt, hoop ik dat dit boek voor jou de start was van een mooie reis naar je persoonlijke en zakelijke groei.

Laten we beginnen...