

WINNING WITHOUT LOSING

© Martin Bjerregaard & Jordan Milne, 2012

Omslagfoto: Patricia Hepe

Omslagontwerp: Bureau Beck

NUR: 800

ISBN: 9789461561084

www.bertramendeleeuw.nl



IK DRAAG DIT BOEK OP...

Aan mijn vrienden en partners bij Rainmaking, die ons gezamenlijke avontuur iedere dag weer tot een feest maken. Aan mijn vrouw Annika, omdat ze altijd in me geloofde, ook toen ik me afvroeg of ik het wel in me had om een echt boek te schrijven. En aan mijn dochter Mynte, die me een fantastische reden heeft gegeven om met hart en ziel op zoek te gaan naar het recept voor een evenwichtig en compleet leven.

- Martin

Aan mijn familie en vrienden, omdat ze me het beste gunnen, omdat ik de kans heb gekregen zelf richting te geven aan mijn leven, en omdat ik dit samen met Martin mocht doen die het schrijven van dit boek tot een prachtig voorbeeld heeft gemaakt van dat waar het over gaat.

- Jordan

VROEGER WAS ALLES VEEL OVERZICHTELIJKER.

Er waren een paar basisregels waar je altijd op kon vertrouwen:

- * Hoe harder je werkt, hoe meer je verdient.
- * Om succes te hebben moet je offers brengen.
- * Het valt niet mee om succesvol te zijn.
- * Het is kiezen of delen: je wijdt je aan je gezin of aan je bedrijf.
- * Een leven in balans is voor gepensioneerden of mensen die bin-
nen zijn.
- * Er is simpelweg niet genoeg tijd om alles te doen.
- * Jezelf pushen is noodzaak.
- * Wie het hardst werkt die wint.
- * Hoe meer uren je werkt, hoe meer invloed je hebt.
- * Ondernemer worden betekent dat je het een aantal jaren zon-
der vakantie moet doen.
- * Familie en vrienden zie je alleen op zondag.

Deze wijsheden gaan niet langer op; de wereld is veranderd.
Welkom in het tijdperk van *Winning without losing*.

INHOUD

Het nieuwe 'dubbele optimum' 11

Efficiency Boosters – vijftien strategieën om je efficiëntie exponentieel te laten groeien 30

1. Stel je eigen wiel samen 31
2. Maak gebruik van rugwind 35
3. Test je plan 41
4. Slaap voldoende 45
5. Zorg dat je opvalt 49
6. Ga aan de slag en creëer 'momentum' 55
7. Mensen op de eerste plaats 58
8. Kom die garage uit 62
9. Overdrijf het niet 67
10. Leer luisteren 70
11. Laat de technologie voor je werken 76
12. Werk aan je brein 81
13. Zorg voor een goede timing 85
14. Wees flexibel 88
15. Ga een wisselwerking aan met de energie van anderen 94

Nieuwe manieren om oude dingen te doen – vijf aanpassingen met grote gevolgen 97

1. Verander het concept van vergaderen 99
2. Maak geen *to do-list* maar een *today-list* 104

3. Maak gebruik van andere kennis 108
4. Zet je gedachten even stil 111
5. Focus op wat echt belangrijk is 115

Pas op voor tijd- en energieverpillers – veertien inzichten die je helpen valkuilen te vermijden 120

1. Weet wanneer je de stekker eruit moet trekken 123
2. Probeer niet iets koste wat kost te laten werken 128
3. Verdien je dertiende maand 133
4. Verstuur die ene e-mail niet 138
5. Wees besluitvaardig als het ertoe doet 142
6. Maak je leven overzichtelijker 146
7. Gebruik je periscoop 151
8. Blijf uit de buurt van aasgieren 154
9. Laat je greep op de dingen los 157
10. Maak je ondernemingsplan licht en flexibel 159
11. Verschuil je niet langer 165
12. Weet hoe je geld bij elkaar krijgt 169
13. Laat je niet leiden door technologie 173
14. Wees een zakelijke pacifist 176

Als het niet van een leien dakje gaat – vijf versterkende gedachten voor moeilijke tijden 181

1. Koester de trap 182
2. Zie kansen in gevaarlijke situaties 185
3. Vergeet niet dat er altijd wel een manier is 188
4. Blijf het proberen 193
5. Het is nooit te laat 198

Evenwicht volgens plan – tien manieren om op te houden met hopen en wachten en te beginnen met plannen 201

1. Bouw vanuit het principe van evenwicht 202
2. Bereid je voor 206
3. Kijk nog eens naar 8-8-8 209
4. Maak back-up systemen 213
5. Verbeter je buiten-binnen ratio 217
6. Kies je favoriete plek 220
7. Zorg voor kritieke massa 225
8. Herken je toekomstige vrienden 228
9. Duik er helemaal in 231
10. Houd het simpel 237

Een nieuwe manier van denken – tien inzichten voor een betere kwaliteit van leven 242

1. Leid geen uitgesteld leven 243
2. Ga op zoek naar de goede dingen 247
3. Krijg een kind – of doe alsof 250
4. Voel ook thuis de *flow* 253
5. Geef iets terug, zie de dingen in perspectief 256
6. Een nieuwe kijk op zelfdiscipline 259
7. Breng je team in balans 262
8. Je bent meer dan alleen je werk 265
9. Wees niet bang om iets mis te lopen 269
10. Zorg eerst goed voor jezelf 273

Kom in actie – zes stappen die je deze week nog kunt nemen
279

1. Probeer eens een uur lang totale efficiëntie 280
2. Ga niet in de rij staan 282
3. Doe het ergste eerst 285
4. Ga achter een doel aan 287
5. Stel vast wat je valkuilen zijn 291
6. Neem morgen vrij 293

Dit zijn de schrijvers 295

En dit zijn onze voorbeelden 300

DOEL HET GOEDE LEVEN ONTDEK
VERANDER GENIET GLIMLACH VRIJHEID VANDAAG
SUCCES DROOM EXPONENTIËLE EFFICIËNTIE
ENERGIE BLIJ ALLES HEBBEN ROLE
MODELS FLOW VRIJHEID ADEM BALANS
MOMENTUM IMPACT GEHEIMEN GELUK DUBBEL
OPTIMUM ENTHOUSIASME BEWEGING
PLEZIER AANWEZIGHEID RUST MOMENT
MOGELIJK GROEI VERANDERING FOCUS GEZONDHEID
OPWINDING REVOLUTIE BETROKKENHEID
WINNING WITHOUT LOSING
VRIENDSCHAP REIZEN LIEFDE ONTSPANNING
DOEN WAT JE HET LIEFSTE DOET IN HET HIER EN NU
LEVEN GEVEN KEUZE FINAN(CIEEL SUCCES) KRACHT
VERNIEUW DROOM HET VOORTOUW
NEMEN EEN NIEUWE BEWEGING FOCUS LACHEN
PLEZIER SPONTAAN GLIMLACH SUCCES MOED
DROOM OPWINDING

HET NIEUWE 'DUBBELE OPTIMUM'

EEN LEVEN VOL SPUT

'Ik heb het verprutst.' Deze woorden kwamen uit de mond van Wal-Mart oprichter Sam Walton, die van 1982 tot 1988 de rijkste man van de Verenigde Staten was. Hij deed deze uitspraak op zijn sterfbed, toen hij zich realiseerde dat hij zijn kinderen en kleinkinderen nauwelijks kende en dat zijn vrouw, zo dacht hij, alleen uit plichtsgevoel bij hem bleef. Hij was zijn hele leven zo druk bezig geweest zakelijk succes te bereiken dat hij pas achteraf beseftte wat hij daarvoor had opgeofferd. Sam had de andere belangrijke aspecten van zijn leven verwaarloosd, in zijn geval het aangaan en onderhouden van betekenisvolle relaties met zijn gezin en zijn familie. Helaas is dit geen op zichzelf staand geval; er zijn talloze verhalen over mensen die minder succesvol waren dan Sam, maar die uiteindelijk tot dezelfde bittere conclusie kwamen.

Je zou denken dat bij uitstek mensen op dit niveau, met hoge functies en talloze verplichtingen, geneigd zijn om in deze val te lopen, maar het is een feit dat mensen op allerlei niveaus in allerlei branches meemaken wat Sam heeft meegemaakt. Het overkomt ondernemers, maar ook mensen die in het bedrijfsleven of

voor de overheid werken, en het is net zo goed een probleem voor CEO's als voor lager personeel. Gezinnen vallen uit elkaar, vriendschappen verwateren en gezondheid wordt op het spel gezet; vroeg of laat leidt dit tot een leven vol spijt. Als je mensen vraagt wat het belangrijkste is in hun leven, dan antwoorden ze al snel: familie, vrienden en een goede gezondheid. En wat is een van de meest genoemde redenen voor verbroken relaties en een slechte gezondheid? Je raadt het al: werk.

In Japan zijn al zoveel mensen overleden aan hard werken dat ze er een naam voor hebben bedacht: 'Karoshi', wat dood door overwerken betekent. Hoewel Karoshi de uiterste consequentie is, hebben ook mindere gradaties van overwerkt zijn verstrekkende en cumulatieve gevolgen voor alle terreinen van ons leven. **De meeste mensen zijn er immers niet op uit om de ultieme ramp te vermijden, maar ze zijn op zoek naar een manier om een goed en compleet leven te leiden:** niet alleen succesvol zijn, maar ook genoeg tijd en energie hebben om daarvan te genieten.

Het lijkt misschien onmogelijk: succesvol ondernemer of bedrijfstycoon worden en tegelijkertijd een uitgebalanceerd leven leiden. Ieder nieuw bedrijf is een klein wonder en zoals een raket die de lucht in gaat enorm veel energie nodig heeft om van de grond te komen, zo heeft een nieuwe onderneming dat ook. Het vraagt ontzettend veel toewijding om je bedrijf te laten uitgroeien tot iets groots dat standhoudt en erkenning krijgt. Kun je, als je voor een dergelijke uitdaging staat, genoeg tijd en ener-

gie opbrengen om een gelukkig, compleet en evenwichtig leven te leiden waarin geen plaats is voor spijt?

Het antwoord is ja en je zult zo zien waarom.

HET NIEUWE 'DUBBELE OPTIMUM'

We brengen je het laatste nieuws van het front: het is nu, misschien wel voor het eerst in de geschiedenis, mogelijk om iemand te zijn die vrienden en familie op de eerste plaats zet en tegelijkertijd van de grond af een bedrijf en een fortuin opbouwt. We hoeven niet 's avonds thuis te komen als de kinderen al in bed liggen en we hoeven niet langer 'nee' te zeggen als vrienden ons uitnodigen voor een biertje op vrijdagavond of een partijtje voetbal in het weekend. Als je ieder jaar zes tot acht weken reist, of in ieder geval iets anders doet dan werken, laad je je batterijen weer op en verbreed je je horizon; dit is niet alleen een zeer reële mogelijkheid, maar ook steeds meer een vereiste voor optimale efficiëntie op de lange termijn.

Naarmate we meer te weten komen over de werking van lichaam, geest en motivatie, en naarmate de uitdagingen waar we voor staan steeds meer nieuwe vaardigheden vragen, wordt duidelijk dat de oude strategie van simpelweg harder werken dan de concurrentie niet langer de enige weg is. **We kunnen nu zowel ons zakelijke succes als ons persoonlijke geluk optimaliseren.** Wij noemen dat 'het nieuwe dubbele optimum'. Als deze factoren samenvallen, hoeft er geen sprake meer te zijn van

strijd tussen persoonlijk en zakelijk succes. Dit betekent dat een van de oudste opvattingen in het bedrijfsleven, namelijk dat succes offers vraagt, snel achterhaald raakt.

WAAROM IS PERSOONLIJK GELUK RELEVANT IN EEN BOEK OVER ONDERNEMEN?

We hebben ons dit lange tijd afgevraagd en we zijn tot de conclusie gekomen dat we het op ten minste één cruciaal punt eens zijn met de Dalai Lama: het doel van het leven moet zijn er zoveel mogelijk geluk uit te halen. Gelukkige mensen zijn aardiger tegen anderen en beter voor de wereld dan boze mensen. Als we gelukkig zijn, hebben we meer energie en zijn we eerder geneigd anderen te helpen. We zijn allemaal met niets op de wereld gekomen en vertrekken ten slotte ook weer met lege handen, daarom is de enige logische conclusie dat we ons leven moeten vullen met zoveel mogelijk gelukkige momenten.

Hoewel geluk voor een groot deel wordt bepaald door genen, opvoeding, partnerkeuze en relaties, staat in vrijwel alle onderzoeken van de laatste tijd werk in de top vijf van doorslaggevendende factoren. Wat voor werk we doen, en met wie, is belangrijk, maar ook de hoeveelheid tijd die we eraan besteden. Het is erg moeilijk om je geluk op lange termijn te optimaliseren als je 365 dagen per jaar zestien uur per dag moet werken.

Maar als je nooit meer dan een uur per dag zou mogen besteden aan een bezigheid die iets weg heeft van werken, dan zou je evenmin gelukkig zijn.

Voor de meeste mensen ligt het 'geluksoptimum' tussen de dertig en zestig uur werken per week, waarbij de onderkant van deze schaal vooral geldt voor mensen die veel andere verplichtingen hebben, of die iets doen waar ze niet echt enthousiast over zijn. De bovenkant van de schaal geldt voor mensen die min of meer zelf bepalen wat ze doen, die samenwerken met mensen die hen energie geven, en als er verder geen groot beroep op hun tijd wordt gedaan.

Grote problemen ontstaan als we in onze jacht naar succes de boel forceren en ons geluksoptimum voorbijstreven. Wanneer we dit doen, schieten we ironisch genoeg ook voorbij aan ons efficiëntieoptimum en leiden we dus een dubbel verlies: we worden minder gelukkig en we hebben minder succes. In het bedrijfsleven vind je massa's mensen die zowel gelukkiger als succesvoller zouden zijn als ze tien tot twintig uur per week minder zouden werken. Misschien ben jij wel één van die mensen.

DE WET VAN DE AFNEMENDE MEEROPBRENGST

Laten we eens naar dit voorbeeld kijken. Op school hebben we geleerd wat het concept 'afnemende meeropbrengst' of 'afnemende marginale opbrengst' betekent. De essentie is dat we veel waarde halen uit de eerste eenheid die we toevoegen, maar steeds minder uit de extra eenheden die we daarna nog toevoegen, tot op het punt waarop nieuwe eenheden geen of alleen nog negatieve meerwaarde hebben.