

Verwachting-loos

Ont-wikkelen

Verwachting-loos

Ont-wikkelen

Patrick Vielvoije

Schrijver: Patrick Vielvoije
Coverontwerp: Patrick Vielvoije
ISBN: 9789464482508
© Patrick Vielvoije

(Persoonlijke) Ontwikkeling

Het vergroten van Het (zelf)bewustzijn

Het vergroten van (zelf)kennis

Het verbeteren of leren van communicatieve en sociale
vaardigheden

Het opbouwen of versterken van (zelf)vertrouwen

Het ontwikkelen van (eigen) krachten en talenten

Het identificeren van het menselijk kapitaal (binnen organisaties)

Het vergroten van het menselijk kapitaal (binnen organisaties)

Het verbeteren van de levensstijl en/of de kwaliteit van leven

Het verbeteren van de fysieke gezondheid

Het verbeteren van de financiële gezondheid

Het realiseren van dromen, aspiraties en levensdoelen

Het vormgeven en uitvoeren van een (persoonlijk)
ontwikkelingsplan

Biografie: Patrick Vielvoije

Doelen behalen, prestaties leveren, groeien en een leven lang ont-wikkelen, het zit allemaal in mij. Vaak gaat het over het behalen van resultaat. Doelgericht handelen geeft mijn leven richting.

Meer dan eens ben ik zo druk bezig met de dagelijkse inhoud, dat ik daar door opties of nieuwe mogelijkheden, die zich aanbieden, niet herken.

Hierdoor vergeet ik soms dat mijn persoonlijke reis veel intenser zal zijn wanneer ik er een element van plezier aan toevoeg.

Tijdens de route naar je resultaat, **moet** plezier onderdeel zijn van mijn reis.

Als ik mijn resultaat bereik zonder plezier te hebben gehad, heb ik eigenlijk alleen gedeeltelijk mijn doel behaald.

Iets in mij zegt dat veel mensen om mij heen dit zullen herkennen. De voortdurende jacht naar succes, resultaat en winst is voor veel mensen dagelijkse gang van zaken.

Plezier, wat was dat ook alweer?

Mijn leven heeft zich voor een groot gedeelte afgespeeld op het gebied van topsport.

- Nederlands Team Honkbal
- Golf hcp. 5
- Golf Longdrive beste amateur
- Basketball
- Coaching van Hoofdklasse Team honkbal
- Coaching van Dames softbalteam
- Coaching van jonge talentvolle honkballspelers
- Mental-Coaching begeleiding van hoofdklasse dames golfteams
- Diverse golf Clinics

Veel van mijn sport gerelateerde zaken maakten na 1996 plaats voor een maatschappelijke carrière.

In 1997 ben ik aan de slag gegaan bij de politie in Rotterdam, mijn geboortestad. Na 10 jaar als agent op straat mijn werkzaamheden te hebben verricht, heb ik die rol verruimt voor het onderwijzen van anderen binnen de politie omgeving.

Bij de politie (academie) heb ik onderwijs verzorgd op het vlak van Specialistische Rij-vaardigheidstraining en Rij-opleiding. En als docent vuurwapens en zelfverdedigingstechnieken bij het Korps Rotterdam Rijnmond.

Terugkijkende op mijn ervaringen (h)erken ik een patroon in mijn leven. Wat een terugkerend iets blijkt te zijn in mijn persoonlijke geschiedenis is,

het beste uit mijzelf halen en altijd streven naar het hoogst haalbare.

Nu, na jaren werken aan mijn eigen persoonlijke ont-wikkeling is het besef dat plezier hebben in wat ik doe enorm belang-rijk.

Het uit mijn analytische denkproces stappen en meer op gevoel en plezier te vertrouwen heeft mij meer in het 'nu' gebracht en (h)erken ik als belang-rijk en waarde-vol.

Taal is voor mij eveneens heel belangrijk. Taal en woorden kunnen namelijk mijn mindset veranderen. Als ik anders ga praten en denken, heeft dat een duidelijk zichtbare weerslag op mijn mentaliteit en attitude.

Als gevolg van mijn persoonlijke ont-wikkeling, heb ik de kunst om te schakelen tussen gevoel en ratio, en het kunnen verwoorden van mijn denkpatronen, verder vorm kunnen geven.

Door het kunnen schakelen tussen hoofd en buik en betere communicatie is er veel meer plezier ontstaan doordat ik anderen in beweging breng door mijn inzichten te delen.

Tijdens dat proces werd mij steeds vaker duidelijk dat wanneer mijn houding en energie niet congruent is met de woorden die ik gebruik, mijn (inspirerende) boodschap niet altijd wordt ontvangen.

Dit besef was genoeg reden voor mij om mij verder te verdiepen in NLP (Neuro Linguïstisch Programmeren) en verdieping en verbreding te zoeken op het vlak van gedrag, gedragsanalyse en drijfveren analyse.

Voorheen heb ik nagenoeg altijd met doelen en te behalen resultaten gewerkt om richting te geven en een bestemming voor ogen te hebben. Nu heb ik mijn 'doelen' in het leven bijgesteld.

**Doelloos leven
Is het echte wezenlijke doel**

Dit doel ligt in het verlengde van de uitspraken;

**‘Het gaat niet om de bestemming
maar om de reis’**

&

‘Meedoen is belangrijker dan winnen’

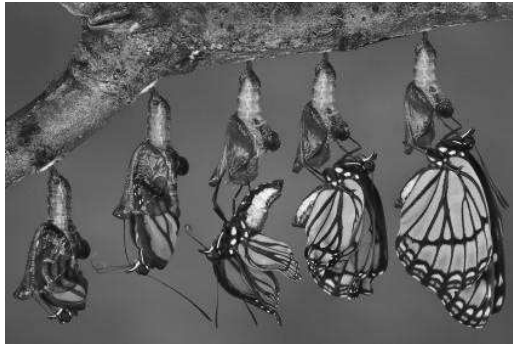
Uiteindelijk heeft dat besef geleid tot de titel van het boek.

**Verwachting-loos
Ont-wikkelen**

Zonder ergens naar toe te werken, of de verwachting te hebben dat we beter worden van het boek te lezen, gaat het om het plezier dat je kunt beleven aan de verkregen inzichten die zich manifesteren door het lezen van de gedeelde informatie in het boek.

De vlinder en de cocon

Op zijn dagelijkse wandeling liep een man langs een struik vol cocons. Op een dag verscheen er een kleine opening in een van deze cocons. De man zat uren te kijken hoe de vlinder zijn lijf door de kleine opening probeerde te worstelen. Op een gegeven moment leek het of de vlinder geen vooruitgang meer boekte. Het leek of hij niet verder kon dan hij gekomen was.



De man besloot de vlinder te helpen: hij pakte een schaar en opende de cocon. De vlinder kwam er nu een stuk gemakkelijker uit, maar had een verweerd lijf. Hij was klein, met verschrompelde vleugels. De man bleef kijken want hij verwachtte dat de vleugels zich elk moment zouden openen en groter en steviger zouden worden zodat ze het lijf konden dragen.

Er gebeurde niets! Integendeel, de vlinder leefde zijn leven al strompelend. Hij kon zich slecht bewegen met zijn verweerde en verschrompelde vleugels. Hij heeft nooit kunnen vliegen.

De man was vol liefde en goede bedoelingen, maar begreep niet dat de kleine opening in de cocon en de worsteling van de vlinder om er uit te komen, de natuurlijke weg is om vocht vanuit het lijf in de vleugels te persen, zodat ze sterk worden waardoor de vlinder meteen kan vliegen zodra hij de cocon heeft verlaten.

Soms zijn worstelingen precies wat we nodig hebben in het leven. Als we ons leven zouden leven zonder obstakels zouden we kreupel raken. We zouden niet zo sterk zijn als we zouden moeten zijn. We zouden nooit kunnen 'vliegen'.

Het is een metafoor/parabel waar ik nog regelmatig aan terug denk, zowel voor mijzelf als voor anderen. Haasten of de tijd proberen te versnellen leidt niet altijd tot het gewenste resultaat.

Eenieder moet tijd hebben om zelf uit zijn of haar cocon (te kleine jasje) te kruipen.

Er is tijd nodig om je vleugels zelf te kunnen vormen om daarna pas uit te vliegen en op 'reis' te gaan.

Alles op zijn tijd en verwachting-loosheid helpt daar enorm bij.

Zelfreflectie naar Zelfregulatie

In het verleden dacht ik dat ik effectief gedrag vertoonde.
Uit de reactie van mijn omgeving, welke als spiegel werkte, merkte ik heel duidelijk dat er nog voldoende aan gesleuteld kon worden

Mijn leidraad is altijd geweest; ‘Een leven lang ontwikkelen’.

Wat daarbij helpt is de juiste ont-wikkel instrumenten in de gereedschapskoffer te hebben. Ik vertrouw erop dat de zaken die ik met jullie deel de instrumenten zullen zijn in jullie koffer.

Vanaf mijn 16e is mijn interesse in Boeddhisme en Zen geprikkeld.

Daar waar ik naar toe wil ontwikkelen is het zijn van een Buddha.

Het zijn van een Buddha betekent voor mij niets meer dan bewust-zijn.

Ontwaken is voor mij niets meer dan zintuiglijk open staan.
Vol-ledig openzetten van mijn zintuigen.

Siddhartha Gautama Boeddha

was een spiritueel leider op wiens leer het boeddhisme is gebaseerd.
Boeddha betekent: 'hij die ontwaakt (verlicht) is.'

De titel Boeddha wordt gegeven aan iemand die op eigen kracht, zonder leraar, de Dhamma (de waarheid, de natuurlijke ordening der dingen) ontdekt heeft en verlichting heeft bereikt.



Naast Boeddhisme en Taoïsme, past bij mij een filosofische instelling. Wijsbegeerte zorgt als leidraad naar het zoeken van wijsheid.

NLP zie ik als mooi instrument om daar vorm aan te geven.

Het leven als iemand die ‘ontwaakt’ is, levert voor mij als mens een vorm van levensgeluk op.

Daarnaast is een onderdeel van mijn levensgeluk het delen van mijn inzichten en of verworven kennis.

Ik heb in mijn levenservaringen voldoende gevonden om daar handen en voeten aan te geven.

De mooie, gelukzalige momenten en de depressieve trieste burn-out ervaringen hebben nieuwe inzichten gebracht. Inzichten in mijzelf, en in de wijze waarop ik communiceer.

Een van de belemmeringen die ik terugzie in mijn levenspatroon is, het overkoepelend belang boven mijn eigen belang stellen. In beginsel zou je zeggen, maar hoe kan zoiets positiefs een belemmering zijn?

Het belang van het collectief is niet altijd dat wat het meest effectief is in een gegeven context. Wanneer ik mijn kennis en inzicht niet deel in die gegeven context, en het proces belangrijker inschat dan het te behalen (individueel) resultaat, zou dat kunnen zorgen dat we als collectief alleen een gedeelte van de route kaart zien en niet het totale gebied.

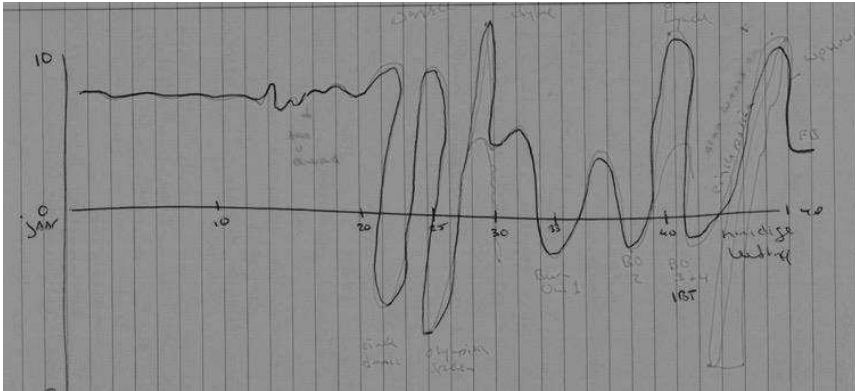
Ik heb al een hele weg afgelegd vanaf mijn 16e levensjaar. Ik ben meer dan eens verdwaald om daardoor erachter te komen te dat de weg die ik aan het volgen was, niet de juiste was. Ik was al heel snel in het begrijpen dat **om de juiste weg te vinden, je eerst zult moeten verdwalen.**

Door regelmatig te evalueren tijdens mijn route, of mijn reis nog wel op effectieve wijze richting mijn gewenste doeltoestand beweegt, zorg ik dat ik eerder op mijn bestemming zal aankomen.

Als in mijn evaluatie blijkt dat wat ik op dat moment doe, niet werkt, dan zal mijn flexibiliteit, door iets anders te doen, het meeste effect hebben op mijn te verwezenlijken resultaat.

Levenslijn

Als ik mijn levenslijn doorloop mag ik concluderen dat ik een redelijk stabiele jeugd heb gehad. Veel plezier, school, en sport maakten deel uit van mijn jeugd.



Als talentvol sporter heb ik veel mogen reizen en mooie resultaten mogen behalen.

Een van de momenten op mijn levenslijn welke ik, op een later moment pas, als kantelpunt heb ervaren, is de overgang van jeugdsporter naar volwassensporter.

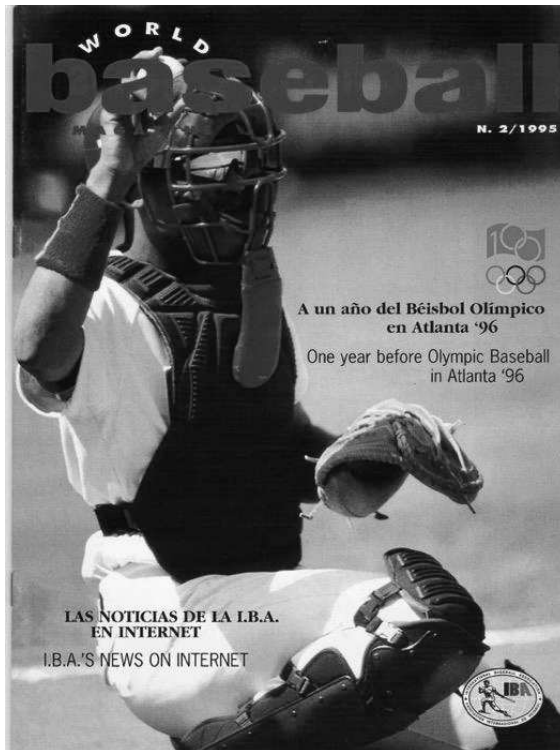
Wat ik daarmee wil aangeven is de overgang van onbekommerde sport plezier beleving naar die van een resultaatgerichte sporter.

Al vroeg, rond mijn 17e levensjaar, werd ik toegevoegd aan het 1e herenteam dat op het hoogste niveau acteerde in Nederland en Europa. Tevens werd ik toegevoegd aan het Nederlands nationaal team.

Later heb ik pas ingezien dat het kantelpunt, van 'sporten voor je plezier' naar 'sporten voor het resultaat', en het afstemmen van mijn inspanningen daarop, tot ver op mijn levenslijn een invloed heeft gehad.

Het continue willen voldoen aan een hoge standaard, het altijd streven naar het hoogst haalbare, niet in lijn met de inzet van mijn omgeving, leverde een altijd aanwezig spanningsveld op. Een spanningsveld dat door mij in mijn communicatiemodel als filter een permanente plaats kreeg.

Het niet effectief kunnen delen van mijn ideeën en inzichten heeft tot voldoende interne en externe conflicten geleid.



Vorming

Wat mij erg gevormd heeft, naast mijn sportcarrière is mijn politie carrière. 19 jaar bij de politie, verschillende functie doorlopend, heeft mij voldoende ervaring opgeleverd op het vlak van effectief- en ineffectief gedrag.

Als er 1 organisatie is waar de besproken informatie uit dit boek als ondersteuning zou kunnen worden ingezet, dan is dat voor mij de politieorganisatie. Zowel voor de communicatie intern, als ook voor de communicatie met en naar externen.

Als gevolg van miscommunicatie zijn de 4 burn-out situatie, die ik heb doorlopen tijdens mijn politie carrière, daar een duidelijk voorbeeld van.

Het in-effectief gedrag van mij naar mijn politie omgeving, als ook het in-effectief gedrag van de politieorganisatie naar mij waren deels oorzaak van de overbelasting op zowel mentaal, sociaal en fysiek niveau.

Wanneer ik in het verleden, tijdens mijn politie carrière, een aantal van de onderwerpen uit dit boek zou hebben toegepast, zou dat heel veel spanning hebben voorkomen.

De keuze die ik heb gemaakt in mijn laatste burn-out situatie in 2016 is een hele belangrijke geweest op mijn levenslijn.

In 2016 heb ik besloten de politieorganisatie te verlaten. Een keuze waar ik tot op de dag van vandaag enorm dankbaar voor ben. Het heeft ertoe geleid dat ik sinds het verlaten van die organisatie, boven de neutrale lijn ben gebleven op mijn levenslijn.