

De heilige nachten

opdracht 11: domino

Als je doet wat je deed, krijg je wat je kreeg.

Dit is waarheid als een koe. Maar iets anders doen dan wat je deed, kan heel moeilijk zijn.

Eerder schreef ik al over je creatieve schaduw. Die kan ervoor zorgen dat je blijft doen wat je deed.

Bijvoorbeeld blijven twifelen aan jezelf.

Uit onderzoek is gebleken dat het opschrijven van je doelen de kans vergroot dat je ze ook haalt. Maar het kan ook verlammen, omdat een doel als 'ik heb de eerste versie van mijn boek af' heel groot is. En omdat het van je vraagt om niet meer te doen wat je deed. In plaats van twifelen, moet je geloven dat je het kan.

Breek je doel op in kleine stappen. Beschrijf niet alleen acties, maar ook welke overtuigingen en hulpmiddelen je nodig hebt. En welke mensen je kunt inzetten als motivators.

Veel succes

