

Bianca den Outer



FOTO: ELSE KRAMER

Bianca den Outer is werkzaam als **adviseur op het snijvlak van zorg en overheid** en is co-founder van JB Lorenz, een collectief van zelfstandig professionals

Oei, ik groei!

DWie kent dit boek niet over de tien mentale sprongen die baby's maken. Die sprongen in groei en ontwikkeling gaan gepaard met de drie H's: huilerigheid, hangerigheid en humeurigheid. Met alle drukte had ik de laatste maanden echt even geen tijd voor groei en ontwikkeling. Het was alle zeilen bijzetten, thuis en op het werk. De wereld is in 2015 nog net zo turbulent en stormachtig als het jaar daarvoor. En privé zijn er verhuisplannen voor dit jaar, dus ging ik op volle kracht vooruit.

Mijn agenda zat overvol. Toen deed ik iets wat ik nog niet eerder had gedaan in de afgelopen drie jaar: ik besloot twee collegedagen op Nyenrode te laten schieten. Twee hele dagen om rustig mijn mailbox bij te werken en op kantoor bij te praten met collega's. Perfect! Dacht ik.

Maar een week later knaagde ergens iets. Ik werd humeurig, onrustig. Toch bleef ik nog steeds fijn in mijn comfortzone zitten. Voor de gemeenten verzorgde ik veel werk- en kennisateliers en dat is zo ongeveer het leukste werk dat er is. Samen met mensen aan de slag die graag kennis willen ophalen maar ook kennis willen delen, geeft heel veel energie maar vraagt ook heel veel als begeleider van dergelijke groepen. Ik ging door!

Huilerig en hangerig zijn doe je niet meer als je bijna 42 jaar bent, zei een stemmetje in mij. Maar in de loop van de afgelopen weken merkte ik dat alles steeds minder soepel liep. Kleine irritaties op kantoor en humeurigheid thuis maakten het er niet gezelliger op. Toch lukte het me maar niet om een vinger op de zere plek te leggen.

Vandaag realiseerde ik me dat groei en ontwikkeling in de afgelopen jaren onlosmakelijk verbonden zijn met alles wat ik doe. Door ervoor te kiezen geen

tijd te steken in mijn opleiding en het contact met medestudenten, was ik volledig in mijn comfortzone terechtgekomen. Dat is op zich niet erg. In een comfortzone kun je veel werk verzetten en veel incasseren. Dat is handig, voor even. Maar een balans tussen comfort, groei en ontwikkeling is onontbeerlijk om het beste van jezelf te geven en te ontvangen in het dagelijks (werk)leven.

Ik maakte dus vandaag de balans op. En ik herinnerde me plots weer een stelregel die iemand ooit met mij deelde: besteed 30 procent van je tijd aan routinewerkzaamheden, 40 procent van je tijd aan werk dat uitdagend genoeg is en je motiveert en scherp houdt. En besteed 30 procent van je tijd aan iets dat je doodeng vindt of waarvan je stiekem denkt dat het te hoog gegrepen is voor je.

Ik heb besloten dat ik mijn eigen groei en ontwikkeling (mijn studie) een volgende keer niet meer schrap uit de agenda. Ik ben voor 70 procent op volle kracht beschikbaar voor de berg met werk. De rest van de tijd ben ik bezig om doodenge dingen te doen. ●

'Balans tussen comfort, groei en ontwikkeling is onontbeerlijk'