



10, 7 en 5... Je leven in getallen



De kern van ieders leven kan worden teruggevoerd tot:

10 doorslaggevende momenten

7 cruciale keuzes

5 belangrijke mensen

Tenminste, volgens 'dokter Phil', de huispsycholoog van Oprah Winfrey.

Je moet eerst stoppen om van richting te kunnen veranderen

(10) Doorslaggevende momenten hebben op een of andere manier blijvende indruk gemaakt. Dit kunnen goede momenten zijn, maar ook minder goede, kwetsende of zelfs levensbedreigende gebeurtenissen. Een ontroerende gebaar, een bijna-ongeluk, een indringend beeld van een dakloze, een achteloze opmerking van iemand. Dat heeft geleid tot een bepaald inzicht of besef. Bijvoorbeeld over wat echt belangrijk voor je is of om wie je echt geeft.

(7) Daarnaast zijn er belangrijke keuzes die de basis hebben gelegd voor je ontwikkeling. De keuze voor een studie, een huwelijk, beslissingen over een abortus, een verhuizing, een reis.

(5) Ten slotte zijn er de centrale figuren in je leven: mensen die je hebben gevormd, die veel invloed hebben gehad op je zelfbeeld, je ontwikkeling en je ideeën over de wereld.

Tien, zeven en vijf...
je leven in getallen.

Vertical stack of seven empty rectangular boxes for notes.

De getallen lijken willekeurig. Maar het is opvallend bij hoeveel mensen het blijkt te kloppen.

Je leven op deze manier op een rijtje zetten is dan ook een aardige manier om te starten met een coaching- of loopbaantraject.

- Wat zijn voor jou doorslaggevende momenten en cruciale keuzes geweest.
- Wie waren de centrale personen?
- Op welke manier zijn deze factoren van invloed geweest op je zelfbeeld, ontwikkeling en wereldbeeld?

Tien, zeven en vijf...
je leven in getallen.

15-10-2012 pag. 2



Eddy Claesen

Overnemen & Overlaten - Overnamecoach
Family Business Advisor - Mediator
Accountant - Tax Consultant

Kullenstraat 16 • B-3600 Genk
tel.: +32 89 32 91 10 • fax: +32 89 32 91 19
eddy.claesen@claesen.be • www.claesen.be