

ADEM DIEP IN
EN VERWELKOM
DIT NIEUWE
JAAR. ADEM UIT:
ONTSPAN.



NIEUWJAARSDAG

JANUARI

VRIJDAG

01

Wellicht heb je het weleens gedaan op je werk: een swot-analyse. swot staat voor *Strengths*, *Weaknesses*, *Opportunities* en *Threads*. Doe zo'n analyse eens voor jezelf. Wat zijn jouw sterke en zwakke kanten, waar liggen de bedreigingen en de kansen in je omgeving? Wijd in een vierkant met vier vlakken elk vlak aan een categorie.

JANUARI

ZATERDAG

02



Abraham Lincoln zei ooit: 'De beste manier om de toekomst te voorspellen is om hem zelf te bepalen.' Als het afgelopen jaar ons iets geleerd heeft, is het wel dat je lang niet overal invloed op hebt. Toch zijn er wel degelijk gebieden die je deels zelf in de hand hebt. Licht er eentje uit en bedenk hoe 2021 er voor jou op dit gebied uit gaat zien.

JANUARI

ZONDAG

03

ALS JE HELEMAAL
ZELF EEN APPELTAART
WILT BAKKEN, MOET JE
EERST HET UNIVERSUM
UITVINDEN.

CARL SAGAN



JANUARI

MAANDAG

04

De bekende Amerikaanse schrijver Daniel Pink stelt dat de westerse samenleving bijna een eeuw lang gedomineerd is geweest door een strikt reducerende en uiterst analytische denkwijze en levensopvatting. We leefden in het tijdperk van de ‘kenniswerker’, de hoogopgeleide informatiemanipulator en deskundigheidsverspreider. Maar dat is aan het veranderen. Dankzij een samenspel van krachten – de materiële overvloed die onze hunkering naar het immateriële versterkt, de globalisering die onze witteboordenbanen naar het buitenland verscheept, invloedrijke technologieën die sommige soorten werk volkomen overbodig maken – naderen we een nieuw tijdperk dat bezield is door een andere manier van denken en een nieuwe levensopvatting, een tijdperk dat talenten waardeert dat hij *high concept* en *high touch* noemt.

JANUARI

D I N S D A G

05



Driekoningen. In veel Europese landen wordt vandaag een taart – hartig of zoet – geserveerd met daarin een boon verstoppt. De gelukkige vinder van de boon is de koning of koningin van de avond. Een mooie traditie ter afsluiting van alle feestdagen in de afgelopen maand. Geef er je eigen draai aan.

DRIEKONINGEN

JANUARI

WOENSDAG

06

'High concept heeft te maken met de vaardigheid om patronen en kansen te zien, om artistieke en emotionele schoonheid te scheppen, om een bevredigend verhaal te construeren en om ogenschijnlijk losstaande ideeën te combineren tot iets nieuws.

High touch heeft te maken met het vermogen om je in anderen in te leven, de subtiliteiten van de menselijke interactie te begrijpen, blij te zijn met jezelf en dat plezier ook in anderen op te wekken, en het alledaagse te ontstijgen in de zoektocht naar doel en zin.'

Bron: Daniel H. Pink, *Een compleet nieuw brein*

JANUARI

DONDERDAG

07



Onze hersenen zijn verdeeld in twee hemisferen. De linkerhersen helft is sequentieel, logisch en analytisch. De rechterhersen helft is niet-lineair, intuïtief en holistisch. De vaardigheden die we ooit minderwaardig of onbelangrijk vonden – de kwaliteiten van het ‘rechterbrein’, zoals inventiviteit, empathie, vreugde en zingeving – zullen steeds meer bepalen wie slaagt of struikelt. Individuen, gezinnen en organisaties moeten tegenwoordig een compleet nieuw brein ontwikkelen om tot professioneel succes en persoonlijke voldoening te komen, zegt Daniel Pink.

JANUARI

VRIJDAG

08



Sommige mensen hebben baat bij meer focus. Anderen moeten juist hun blik verbreden. Sommige mensen moeten beter hun best doen. Voor anderen kan het juist wel een tandje minder. Sommige mensen zouden wel wat meer betrokkenheid mogen tonen. Anderen doen er goed aan wat afstandelijker te zijn. We zijn allebei beide mensen. Het gaat erom te weten wie jij in welke situatie bent.

JANUARI

ZATERDAG

09



Het is allang niet meer zo dat spiritualiteit synoniem is met afstand doen van al je wereldse bezittingen om je leven mediterend in een klooster door te brengen. Spiritualiteit staat voor verbinding met iets groters, iets hogers dan jijzelf. De een vindt het in muziek, de ander tijdens een wandeling door de natuur, of misschien wel tijdens het werk. Wanneer ontstaat bij jou dat gevoel van verbinding?

JANUARI

ZONDAG

10