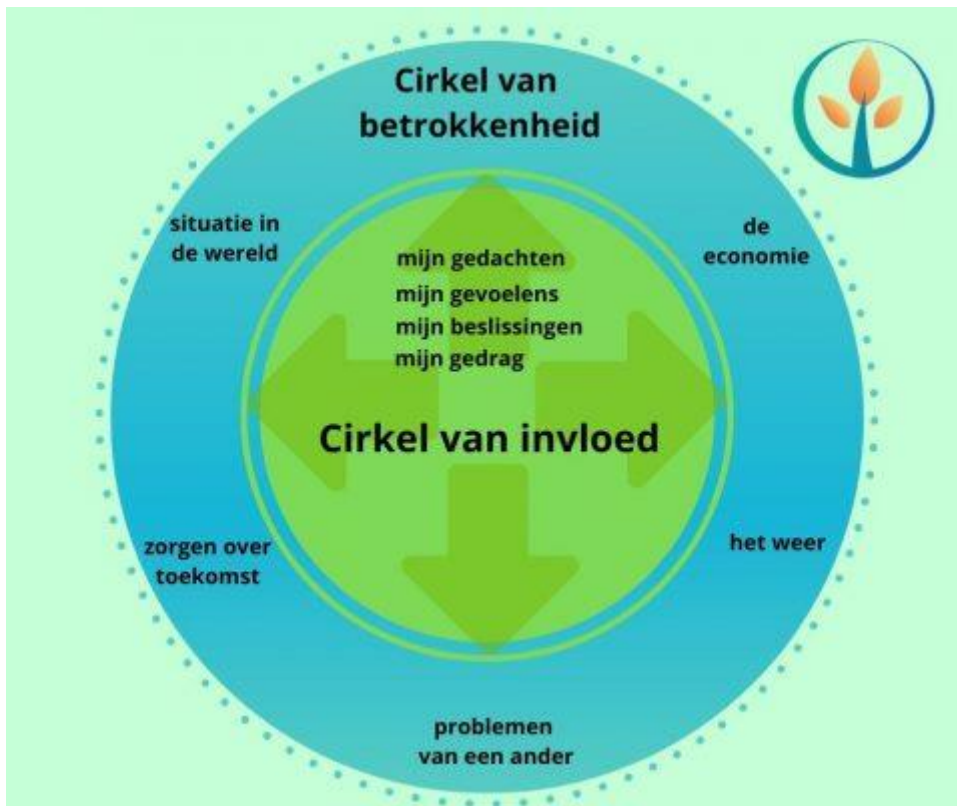


De cirkel van Covey: waar heb ik zelf invloed op?

Je kunt alleen je eigen keuzen bepalen, niet die van een ander. Door je te richten op datgene waar je wel invloed op hebt (jezelf in de binnenste cirkel) kan je je cirkel van invloed vergroten (of verkleinen) naar de buitenste Cirkel van betrokkenheid. In een tekening:



Je hebt dus invloed op:

- Je eigen gedachten
- Jouw gevoelens
- Jouw beslissingen
- Jouw gedrag

En die hebben in meer of mindere mate invloed op de buitenste cirkel van betrokkenheid. Laat jij je leven leiden door de omstandigheden /anderen of neem jij meer je eigen keuzen (regie) je eigen leven? Denk je vooruit of reageer je pas als het niet anders kan? Dan bepaalt de omgeving veel van je leven.....

Ik zeg vaak: wil jij je leven leiden met een lange of korte ei? Een lange ij: dan *Lijd* je; en bepalen anderen veel van je leven. *Leid* jij je leven met een korte ei?

Dan bepaal jij meer dan anderen hoe jouw leven eruit ziet; en maak je je eigen keuze op voorhand en niet als reactie op de besluiten van een ander of de situatie.

Vier stappen voor succesvolle verandering in dit model

1. Neem verantwoordelijkheid voor hoe jou (werk) dag eruit ziet (ken je resultaat).
2. Kijk voorruit en wees proactief, wat wil je bereiken en hoe (onderneem actie).
3. Beslis zelf hoe je naar de situatie kijkt, en wat je eraan wilt doen (creëer nieuwe gewoontes).
4. Denk in oplossingen, niet in problemen (lukt het nog niet meteen, verander je aanpak).
Herhaal deze stappen telkens opnieuw zodat het een nieuwe gewoonte wordt.

Bron: [Cirkel van betrokkenheid en invloed - Coachdepartment](#)

Een goede uitleg op You Tube: [Cirkel van betrokkenheid en van invloed - Bing video](#)

Meer lezen over de cirkel van Covey

[Stephen Covey: 7 eigenschappen van effectief leiderschap \(mtpsprout.nl\)](#)