

ALS HET MAAR NIET PERFECT IS

Hoe richten we organisaties in na de coronacrisis? Hybride werken, op kantoor of thuis: het wordt hoe dan ook een zoektocht zonder zekerheden. Perfectionisme is daarbij een gevaar. Twee experts pleiten voor een openhartige werkcultuur met ruimte voor gebreken.



PERFECTIONISME

10



'EEN OVERPRIKKELD BREIN MAAKT JE EEN MINDER LEUK MENS'

"Zet jezelf vaker uit", zegt vitaliteitsexpert Martin Hersman. "Veel mensen staan de hele dag aan. Dat is funest: prestaties nemen af, prikkelbaarheid neemt toe. Regelmatig een minuut nietsdoen is goud waard." Hij kan het weten, als voormalig internationaal topschaatser.

14

LUISTER JE NAAR JEZELF OF KIJK JE NAAR ANDEREN?

Heb je al vroeg leren pleasen, dan heb je ook geleerd jouw eigen intuïtie en ideeën te onderdrukken. Psycholoog en coach Gerda Bos vertelt wat er gebeurt als je naar jezelf leert te luisteren.

24



SPARREN MET JE MANAGER? MAAK EERST PAS OP DE PLAATS

Vertaal de vraag van jouw manager niet te snel in een praktische oplossing. Gedoseerde proactiviteit is een van de drie eigenschappen van een goede sparringpartner.

28