



DE GOUDEN KOOI

Gebruik de kracht van je brein om eruit te ontsnappen

Veerle Vanquaethem



Ontsnappen uit de Gouden Kooi: Een Breinreis naar Vrijheid!

Je werk bevalt je niet echt meer en dat duurt nu al een tijd, maar toch neem je geen actie.

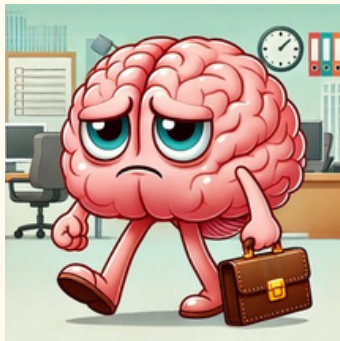
Eigenlijk ga je al lang niet meer met veel plezier werken maar je laat alles zoals het is omdat je ervan uitgaat dat er niks aan te doen is, dat je geen ander werk zal vinden, dat je nergens echt goed in bent, dat je geen betere voorwaarden zal krijgen, dat je zoveel zekerheid nergens anders kan vinden enz. Zo kunnen we nog wel even doorgaan.

De mensen in je omgeving zijn al even verdeeld als jouw eigen gedachten. Sommigen zeggen dat je gek bent als je blijft, anderen verklaren je net gek omdat je nog maar durft denken aan weggaan!

Help! Wat moet je dan doen?

Waarom kan je niet gewoon die knoop doorhakken: blijven of ontslag nemen maar vooral: **BESLISSEN!**?

🧠 You're brain is playing tricks on you! 😊



Je brein speelt de hoofdrol

Het is niet "jouw fout" dat je blijft hangen in een job waar je niet meer gelukkig bent. Het is zelfs heel logisch dat je moeite hebt om een beslissing te nemen.

Je bent geprogrammeerd om het er moeilijk mee te hebben.

Vanaf jonge leeftijd wordt ons geleerd om tevreden te zijn met een "goede" baan, hard te werken, en vooral stabiliteit te zoeken. Een goeie job is de basis van een goed leven, niet?

Deze overtuigingen zijn diep in ons brein geworteld, vooral door de boodschappen die we van thuis meekregen, zoals "een goede job laat je niet staan", "geld verdienen is heel belangrijk als je een goed leven wil", en ook "je moet niet steeds meer of anders willen."

Hoewel deze overtuigingen ons op jonge leeftijd wellicht helpen om niet continu te "jobhoppen", houden ze ons, na zekere tijd, soms gevangen in die "gouden kooi".

Het slechte nieuws is dat jij de enige bent die hier iets kan aan veranderen!

Maar het goede nieuws is: "Je brein is herprogrammeerbaar!"

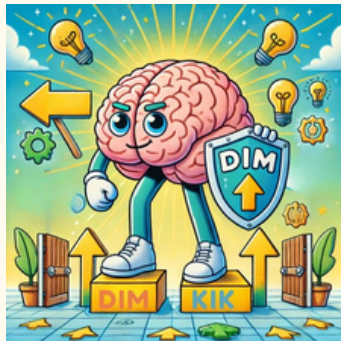


Met behulp van de technieken die we bij FlySkyHigh gebruiken tijdens de loopbaan- en lifecoaching, kun je stap voor stap de patronen doorbreken die je vasthouden. We geven je de tools om je brein te hertrainen, zodat je niet langer leeft met beperkende gedachten, maar vanuit je volle potentieel.

Enkele voorbeelden:

- Je leert welke informatie opgeslagen is in je brein en hoe je die “niet-dienende gedachten” kan “overschrijven”.
- We bekijken hoe de angst om te “verliezen” ontstaat en hoe je die kan overwinnen of wissen.
- Je leert “Dim-en en Kik-en”: “Denken in mogelijkheden” en “Kijken in kansen” i.p.v. Dip-en (“Denken in problemen”).
- We gaan samen langs alle wegen! De weg van **“niks doen”**, die van **“blijven maar je (werk)leven toch aangenamer maken op andere manieren”** en die van **“weggaan”, iets nieuws zoeken**. We bekijken wat voor jou mogelijk is en goed voelt, vóór je een beslissing neemt.

Maar misschien eerst een heel eenvoudige test. Ben je echt gevangen in de “gouden kooi” of staat het deurtje nog open?



De “Ben je echt gevangen-test”

Beantwoord onderstaande 11 vragen heel simpel met “ja” of “nee.”

1. Heb je het gevoel dat elke dag dezelfde is en dat je niet meer groeit of uitgedaagd wordt in je huidige functie?
2. Heb je een goed of heel goed salaris en nog extralegale voordelen (auto, maaltijdcheques, bonus, pensioen...)?
3. Ga je dikwijls leeggezogen en niet voldaan naar huis?
4. Vermijd je bewust het nadenken over een nieuwe loopbaan omdat je bang bent voor verandering of onzekerheid?
5. Voel je dat je talenten en vaardigheden niet volledig benut worden in je huidige functie en dat er meer zit in jou?
6. Blijf je in deze job vooral omdat familie, vrienden, of “de samenleving” vinden dat je geluk hebt dat je zo’n “mooie baan” te pakken hebt?



7. Heb je het idee dat je weinig autonomie hebt over je werk en carrièrebeslissingen?
8. Zou je je job laten staan als je zeker was dat je elders dezelfde voorwaarden kon krijgen?
9. Heb je al andere carrièremogelijkheden afgewezen, ondanks het feit dat ze jou interesseerden, omdat je huidige baan veiliger leek?
10. Ervaar je vaak gevoelens van frustratie en onrust i.v.m. je werk?
11. Heb je het gevoel dat jouw hoofd voor jou beslist en dat je hier, zelfs met veel nadenken en praten, nooit uitkomt?

Tel het aantal keren dat je "ja" antwoordt en kijk op de volgende pagina wat je te doen staat!

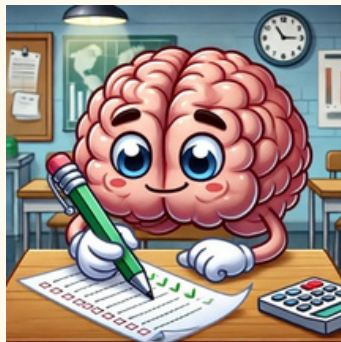


Score berekenen:

1 tot 3 "ja": er zit nog wel wat rek op maar blijf nadenken over wat je nu echt wilt en laat je niet vastzetten! Waarom toch niet al even rondkijken? Kijken kost niks! Behalve dan misschien de hulp van FlySkyHigh, die je helpt ontdekken wat er voor jou allemaal mogelijk is en wat je in je mars hebt. Doe het, vóór je echt gevangen geraakt!

4 tot 6 "ja": Je zit nog niet volledig vast, maar moet heel alert zijn. Onderzoek of deze situatie op lange termijn houdbaar is en wat de alternatieven zijn! Met FlySkyHigh is dit onderzoek fijn en vooral efficiënt. Geraak niet opgesloten want dan is ontsnappen een hele lastige klus!

6 of meer "ja": Je zit overduidelijk in een gouden kooi waar je niet meer gelukkiger in wordt, wel integendeel! Je blijft vooral om de voorwaarden of omdat anderen vinden dat je gek bent als je weggaat maar niet omdat het werk je nog echt boeit of plezier geeft. Het is hoog tijd om je te laten begeleiden, de situatie te bekijken en een beslissing te nemen!! FlySkyHigh staat voor je klaar!



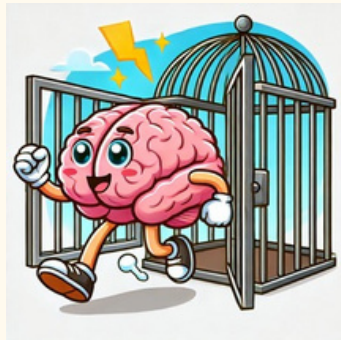
Beslissen! Het beste gevoel!

Het lijkt sterk alsof ik vals speel want alle opties leiden naar loopbaanbegeleiding bij FlySkyHigh maar dat is omdat ik heel goed weet wat het is om stilaan gevangen te geraken in een gouden kooi en je beslissing telkens nog maar een keer uit te stellen!

Wat je score ook is, je leest dit e-book niet voor niets! Je zit duidelijk op z'n minst met twijfels!

Enkele jaren geleden had ik zelf nog een job bij een bekend bedrijf waar ik goed verdiende, mooie extra-legale voordelen had en een zekerheidsniveau dat je ECHT bijna nergens nog vindt maar waar ik me nooit 100% goed voelde.

Niks met het bedrijf te maken want het was een geweldige wereld maar het was gewoon geen omgeving waar ik mij goed kon voelen, hoewel ik er mooie projecten heb geleid, hele leuke dingen heb gedaan en vooral ook fantastische mensen heb leren kennen! Waarom ik er dan weg wilde?! Omdat het toch een gouden kooi was en ik op een gelijkaardige test als hierboven 7 op 10 scoorde. Het "FlySkyHigh-breintje" hieronder toont hoe het moment voelde dat ik de beslissing nam om weg te gaan.



Wil jij ook beslissen?

Contacteer vandaag nog FlySkyHigh en boek een gratis kennismakingsgesprek. Als het klikt zorgen we er samen voor dat je niet opgesloten geraakt in de gouden kooi of dat je eruit kan ontsnappen als dat nodig is en dat heerlijke gevoel van bevrijding kan ondervinden.

Tijdens het kennismakingsgesprek beantwoord ik heel graag al jouw vragen i.v.m. de werkwijze en de voorwaarden.

Ik geef je graag al enkele voordelen mee.

- FlySkyHigh heeft flexibele openingsuren. We vinden zeker een moment dat jou past.
- FlySkyHigh is partner van de VDAB en werkt dus ook met Loopbaancheques.
- Bij FlySkyHigh zijn er geen verplichte trajecten of oefeningen.
- Online coaching kan.



BONUS

Als je minstens 7u loopbaancoaching volgt bij FlySkyHigh (met of zonder VDAB-loopbaancheques) krijg je een super mooie korting op de "brain bites"!

Ga naar <https://www.flyskyhigh.be/> en schrijf je in op de "Brain-tastic-boosterlijst" voor de volgende reeks "Brain Bites".

"Brain Bites" zijn opgenomen weblessen, waarin we verschillende levenstopics aanpakken vanuit je breinwerking.

Wie zich op de "Brain-tastic-boosterlijst" inschrijft wordt op de hoogte gehouden wanneer de volgende reeks "Brain Bites" gelanceerd wordt (begin 2025) en krijgt bovendien een automatische korting van **18%!***

*Kortingen uit verschillende e-books zijn niet cumuleerbaar!



ONTSTEEK HET VUUR!



DOEL VAN DEZE KAARTEN

De inspiratiekaarten zijn ontworpen om je te begeleiden op een reis naar (professionele) groei en zelfontdekking. Door middel van reflectieve vragen biedt deze set je de gelegenheid om diepgaand na te denken over je (professionele) identiteit en doelstellingen. Of je nu vastzit in een onbevredigende levensloop of loopbaan, deze kaarten helpen je om obstakels te identificeren en te overwinnen. Voor coaches zijn deze kaarten een krachtig hupmiddel om moeilijke gesprekken op gang te brengen en cliënten te inspireren. Ze helpen om nieuwe plannen te ontwikkelen, nieuwe mogelijkheden te verkennen en een impuls te geven aan het eigen leven of de eigen loopbaan of leven en loopbaan van je cliënten.

BESTEL ZE NU VIA: <https://www.flyskyhigh.be/inspiratiekaarten>

BELANGRIJKSTE TROEVEN VAN DEZE KAARTEN:

- 70 stimulerende vragen: diepgaande zelfreflectie, toepasbaar op alle levensvragen.
- Praktisch hulpmiddel: perfect voor coaching naar (professionele) levensontwikkeling.
- Identificeer groeikansen: begeleid jezelf of je cliënten bij het ontdekken van nieuwe mogelijkheden.
- Overwin obstakels: helpen bij het overgaan tot actie en het overwinnen van barrières.

Veel plezier ermee!!