



# BIJ JANSEN

...aan de keukentafel

## ***Ik kan niemand iets leren...***

(ik kan hooguit iemand helpen het in zichzelf te vinden) Galileo Galilei

nr 10/2019

### Probleem?

We hebben ze allemaal, maar wat is het eigenlijk: een probleem? We ervaren allemaal de last die we hebben van onze problemen maar als we niet echt weten wat een probleem is, dan krijgen we ze lastig opgelost. Herkent u dat laatste?

Een probleem is dat u twee of meer dingen wenst of niet wenst die tegengesteld aan elkaar zijn. Lastige definitie? Twee praktijkvoorbeelden dan:

U wilt werken, maar uw partner wil gezellig een gesprek met u voeren. In dat geval lijkt zijn of haar wens tegenover die van u te staan, maar dat is niet zo: u wilt uw partner ook niet teleurstellen. Dus het is uw wens om te werken en tegelijkertijd uw wens om uw partner te behagen die tegenover elkaar staan

De wens om vrede te hebben in het Midden-Oosten en de wens om veel te verdienen aan de wapenindustrie staan haaks op elkaar. Immers: om veel te verdienen aan wapens moet het toch ergens oorlog zijn?

### Oplossing?

Een probleem is op te lossen als u een van de wensen kunt loslaten. Als u dat niet kunt, dan blijft het probleem ontstaan.

U wilt geen sores met de familie, maar u wilt ook de verdiende 'tijd voor mezelf'. U werkt immers hard genoeg, toch? Welke wens is het belangrijkste voor u? Van de vervulling van welke wens heeft u de meeste opbrengsten?

Als u de broodnodige tijd voor uzelf nodig hebt, dan moet het gezin wellicht even wachten. Maar beseft dat die daarna uw tijd verdienen. Als u tijd aan het gezin besteedt, dan besteedt u ook tijd aan uzelf, toch? In beide gevallen is het probleem opgelost.

Als u het echt niet meer weet: probeer los te komen van het probleem. Ga een stuk fietsen of wandelen en richt u aandacht eens op iets anders dan het probleem.

### Koesteren

Er zijn ook problemen die we niet willen oplossen, simpelweg omdat we denken geen baat te hebben bij een oplossing. Anders gezegd: we krijgen een ander probleem als we het eerste probleem hebben opgelost en koesteren dus ons probleem.

Voorbeeld: toen ik langs het station reed zag ik een man met een prikstok en een vuilniszak over een gemeentelijk gazon lopen. Hij zorgde ervoor dat het gazon weer schoon werd, want te veel weggegooide frietbakjes en andere dingen waren een probleem. Echter: als het gazon schoon is en blijft, dan heeft die man een probleem want wat gaat hij dan doen?

Ander voorbeeld: de medewerker is altijd druk omdat dit hem aanzien geeft binnen de muren van zijn bedrijf. Je bent immers goed bezig voor de zaak als je druk doet. Zo'n collega heeft natuurlijk 'geen tijd' voor een cursus timemanagement...

## BEHOEFTE AAN MEER?

Bel of mail me.

## CONTACT

klik: [mail@janwillemjansen.com](mailto:mail@janwillemjansen.com)

klik: [www.janwillemjansen.com](http://www.janwillemjansen.com)

bel : +31 6 51 81 83 37

JAN WILLEM JANSEN

