

EERSTE HULP BIJ....

Perfectionisme!



AHA!

Aha! Je hebt een **perfectionistische kant** in jezelf ontdekt. Fijn. Je bent precies. Zet graag de puntjes-op-de-i. Zorgt dat alles piekfijn in orde is. Niks mis mee.

Tot je er last van krijgt. Want als die perfectionistische kant steeds aan het roer staat, leg je de lat zó hoog dat je er zelf niet meer bij kunt.

Je blijft eindeloos schaven, twijfelen, uitstellen. En bij een klein foutje? Dan geef je jezelf onnodig hard op de kop.

Grote kans dat jouw perfectionist en je innerlijke criticus de handen ineen hebben geslagen. Samen trekken ze aan de touwtjes. En jij? Jij krijgt steeds minder ruimte.

MINI EXPERIMENT

Pleister voor een onnodig hoge latlegger

Perfectionisme lijkt op een superkracht, maar het is ook een valkuil die actie blokkeert.

Blijf je eindeloos schaven omdat het perfect moet? **Switch je mindset.** Focus op vooruitgang in plaats van op perfectie. En zet deze zin ergens waar je 'm vaak ziet:

👉 Progressie vóór perfectie. 👉

Plak 'm op je laptop. Zet 'm in je telefoon. Zeg 'm hardop.

En voel wat er verandert als je 'm serieus gaat nemen. Het is geen oplossing voor alles. Maar wel een begin.

**Progressie
vóór
perfectie.**

Begrijp je dat een pleister plakken niet genoeg is en wil je meer, voor jezelf of een medewerker? Vraag een gratis **blikverruimend gesprek** aan:

Voor een fris perspectief dat iets losmaakt én iets oplevert.

info@aha-lab.nl

het **Aha!lab**
maakt het
lastige luchtig

Visueel. Verdiepend. Veilig

Zwaai!

Wendy Kock

Marleen Noordergraaf

Creatieve sidekick en Blikverruimer bij
persoonlijke en professionele
ontwikkeling

www.aha-lab.nl
info@aha-lab.nl

