

Perfectionisme, kernkwaliteit of valkuil?

Perfectionisme is in de basis een uitstekende kwaliteit voor een management ondersteuner. Het helpt je accuraat te zijn, goed op te letten, zaken te controleren voor je ze verstuurd, proactief te zijn en snel te zien wat er moet gebeuren. Perfectionisten zijn vaak erg betrokken bij hun werk en de onderneming. Een kernkwaliteit dus, maar jammer genoeg kan datzelfde perfectionisme ook een enorme valkuil zijn. Herken je onder andere dit?

- Voordat je de stukken op de post doet, laat je de envelop open liggen tot het einde van de dag, zodat je het nog zeker 2x kunt controleren voor het naar de postkamer gaat en je de envelop dicht plakt.
- Je ligt s'avonds in je bed te piekeren over een fout die je die dag gemaakt hebt en in jouw beleving worden de gevolgen enorm. Zo enorm dat je er niet van kunt slapen.
- Routineklussen nemen teveel tijd omdat je wilt blijven controleren en er onzeker over wordt.
- Je stelt bepaalde klussen uit, omdat je bang bent dat je het niet goed genoeg kunt doen.
- Je irriteert je enorm aan collega's die niet dezelfde kwaliteitseisen als jij lijken te stellen en je wordt uitermate kritisch.
- Je delegeert helemaal niets meer omdat je vindt dat het alleen maar goed gebeurt als je het zelf doet.
- etc. etc...

Jammer, want op deze manier heb je meer last van je perfectionisme dan profijt.

Er is echter een manier om je perfectionisme gezond en in balans te houden, om het niet door te laten slaan naar je valkuil. In deze speelse en interactieve workshop vertel ik je over de oorzaak van het doorslaan van perfectionisme van kwaliteit naar valkuil en leer je je eigen patroon wat meer herkennen. Ook laat ik je ervaren wat jij nodig hebt om er weer balans in aan te brengen. Met de juiste balans kun jij je perfectionisme als kernkwaliteit blijven benoemen omdat je weet dat je het "onder controle" hebt!

Sylvia Lagerweij



www.desecretaressecoach.nl