**Waarden allergie kernkwadranten**

Mensen kunnen `allergisch ́ zijn voor gedrag van andere mensen. Door te weten waar jouw allergieën liggen, kun je meer inzicht in jezelf krijgen. Je kunt daarin nog een stapje verder gaan. Dat doe je door te onderzoeken hoe het komt dat je zo allergisch bent voor bepaald gedrag van anderen. Waarom kan je bijvoorbeeld zo slecht tegen traagheid, arrogantie of chaos? Als je dit nader onderzoekt, stuit je al snel op onderliggende waarden.

Voorbeeld:
Rianne heeft als allergie ‘luiheid’. Haar uitdaging is ‘meer ontspannen’. Al nadenkend over de oorsprong van haar allergie komt ze tot het volgende: ze is opgevoed in een gezin waar hard werken boven alles ging. Een zomervakantie zonder bijbaantje of TV kijken zonder intussen een klusje te doen, was er niet bij! Rianne is nu volwassen en werkt al een aantal jaren. Ze werkt hard, maakt veel overuren en neemt vaak werk mee naar huis, want luiheid is uit den boze. Dat heeft ze thuis zo geleerd. Maar eigenlijk komt Rianne er steeds meer achter dat de waarde ‘hard werken’ bij haar niet op nummer één staat.
Zij vindt ruimte voor vrije tijd veel belangrijker en hecht veel waarde aan ruimte voor leuke of ontspannende zaken, zoals lezen, sporten en reizen.

Uit dit voorbeeld blijkt dat onder je allergie dus waarden kunnen zitten. Als je deze gevonden hebt die, kun je jezelf kritische vragen stellen, zoals:

*“Vond ik dat vroeger of vind ik dat nog steeds?”
“Vind ik dit echt of moet ik dit van mezelf vinden?”
“Zijn dit echt mijn waarden of zijn ze eigenlijk van mijn ouders, partner, vrienden etc.?”*

Nu Rianne (uit het voorbeeld) ontdekt heeft dat ‘luiheid’ meer een allergie van haar ouders is dan van haar zelf, kan ze met meer gemak aan haar uitdaging ‘meer ontspannen’ werken. Er is namelijk een stuk emotionele lading van de allergie afgevallen.

verander met resultaat

Als je een allergie onderzoekt kan het dus gebeuren dat je waarden ontdekt die niet of niet meer van jou zijn, zoals in het voorbeeld van Rianne. Het kan echter ook gebeuren dat de waarden die je ontdekt wel degelijk bij jou horen.

Voorbeeld:
Richard heeft als allergie ‘egoïsme’. Zijn uitdaging is ‘grenzen stellen’. Al nadenkend ontdekt hij dat zijn allergie is ontstaan tijdens zijn studietijd. Hij had daar diverse malen ervaren hoe medestudenten tijdens groepsprojecten alleen voor hun eigen hachje gingen zonder aan het groepsresultaat te denken. Hij vond dit zo vervelend, dat hij zich destijds had voorgenomen om zelf nooit zo egoïstisch te doen. De onderliggende waarde ‘klaar staan voor een ander’ is ook nu nog steeds belangrijk voor Richard. Wat nieuw voor hem is, is de ontdekking dat je zowel klaar kunt staan voor anderen als grenzen kunt stellen: het een hoeft het ander dus niet uit te sluiten.

Door vanuit je allergie je waarden eens kritisch te bekijken, kom je erachter wat voor jou echt belangrijk is. Zo kun je dus onderscheid maken tussen waarden die niet (meer) van jou zijn en waarden die je echt belangrijk vindt.

De waarden die jij echt belangrijk vindt kun je relateren aan je doel, zoals je dat eerder hebt geformuleerd. Stel je voor dat je als doel hebt gekozen ‘ik ontwikkel me iedere dag verder als succesvolle verkoper’. Als je er achter bent gekomen dat de waarde ‘respect’ voor jou heel belangrijk is, kun je daarmee een verdieping aan je doel geven. Je richt je op een respectvolle relatie met je klanten, op basis waarvan je tot een voor ieder optimaal verkoopresultaat wilt komen. Maar wanneer je bijvoorbeeld hebt ontdekt dat ‘werkplezier’ bij jou hoog in het vaandel staat, zul je je waarschijnlijk richten op plezierig contact en prettige relaties met je klanten, om van daaruit tot dat optimale verkoopresultaat te komen. Kortom, door uit te gaan van jouw eigen, persoonlijke set van waarden, kun je nog gerichter aan je eigen ontwikkeling werken.

Bron: www.vrmpartners.nl