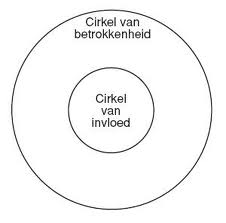
**Cirkel van invloed en betrokkenheid**

[](http://www.google.nl/imgres?imgurl=http://www.werknatuurlijk.nl/wp-content/uploads/2011/02/cirkel-van-betrokkenheid-cirkel-van-invloed.jpg&imgrefurl=http://www.werknatuurlijk.nl/invloed-op-je-energievreters/&h=297&w=300&sz=10&tbnid=9P3ijLmQFMi6KM:&tbnh=96&tbnw=97&zoom=1&usg=__bfPcjNvV9oiLlQr-zDdOlitDgTo=&docid=6d9Q5gM3W-Dg7M&hl=nl&sa=X&ei=ErDBULm6Mcj1sgaH3IGgDA&ved=0CDkQ9QEwAw&dur=45)

[0](http://www.kresko.nl/cirkelvaninvloed/#respond)

De cirkel van invloed en de cirkel van betrokkenheid is een model dat komt uit het “De zeven eigenschappen van effectief leiderschap” van Stephen Covey. Waar gaat jouw aandacht naar uit? Waar besteed jij je energie aan?

Covey spreekt ook over proactief en reactief zijn.   
Proactieve mensen richten zich op hun cirkel van invloed.   
Reactieve mensen richten zich op hun cirkel van betrokkenheid.   
Maar hoe werkt dat precies?

**Reactief**

Als je je richt op je cirkel van betrokkenheid, de buitenste cirkel, ben je veel bezig met dingen waar je niets (meer) aan kunt doen. Deze zaken liggen buiten je invloedssfeer, bijvoorbeeld je opvoeding, de politiek, leidinggevende of de maatschappij.

Het resultaat is dat je je machteloos voelt, niet in staat iets aan de situatie te veranderen. Je bent vooral bezig met reageren op wat je overkomt. Covey noemt dat reactief.

Een voorbeeld: Het kan zijn dat je je zorgen maakt over de huidige politieke situatie. Je voelt je betrokken bij de politiek, maar ook machteloos. Je hebt het gevoel dat je als individu er niets aan kunt doen. Toch kun je je hier regelmatig over opwinden. Je richt je dan op je cirkel van betrokkenheid.

**Proactief**

Richt je je daarentegen op je cirkel van invloed, dan ben je bezig met de vraag hoe je de situatie kunt beïnvloeden. Dan ben je proactief bezig. Je denkt na over hoe je invloed kunt uitoefenen als het gaat om zaken die voor jou belangrijk zijn.

Handel je vanuit je cirkel van invloed, dan ga je in bovenstaand voorbeeld misschien zelf de politiek wel in vanuit de gedachte dat je iets kunt veranderen. Je bent dan proactief bezig.

**Vergroten van je cirkel van invloed**

Op je werk werkt het ook zo. Het kan zijn dat je vindt dat het management ongelooflijk afstandelijk is, dat altijd is geweest en altijd zal zijn. Je legt je er dan bij neer,maarklaagt er wel vaak over. Dan handel je reactief.

Het kan ook zijn dat je nadenkt over waar het management gevoelig voor is, wat men belangrijk vindt en dat gebruikt om met het management in gesprek te gaan. Je bent dan proactief bezig.

Door proactief te handelen, vergroot je je beetje bij beetje je cirkel van invloed. Je benteffectiever. Je versplit geen energie meer aan waar je toch niets aan kan doen, maar probeert zelf het heft in handen te nemen. En dat maakt een stuk gelukkiger. En als je merkt dat het geen zin heeft om hier energie aan te besteden, probeer het dan los te laten.

Kortom, hoe effectief je bent, heeft veel te maken met hoe je naar de situatie kijkt. Denk er eens over na. Hoe kijk je zelf naar je werk? Naar je privésituatie? En naar het leven in het algemeen?