

Woord vooraf

‘Ik heb veel dromen in zand geschreven en nooit aan de wind gedacht.’ Of mijn opa het over zichzelf had, vraag ik me vaak af. Nu kan ik het hem niet meer vragen. Ik bedank hem in stilte voor wat hij me heeft geleerd en onthoud dat dromen kostbaar zijn. We mogen onze dromen niet zomaar voorbij laten gaan. Wat ooit een kinderdroom was, is vandaag dit boek geworden.

Bompa Gust, mijn opa, was een boomkweker en een schrijver. Hij schreef vooral kortverhalen en gedichten en liet zich inspireren door de natuur en het volkse leven.

Verhalen uit De Blauwe Reiger staat nog steeds in mijn boekenkast. Met zijn *Lipskes Ernstige Zotternijen* palmde hij me volledig in. In amper enkele zinnen kon hij met zijn bijzondere humor en woordspelingen een nieuwe wereld creëren in mijn verbeelding. Hij kon mij raken, verrassen, inspireren en verbazen. Ik hoopte hetzelfde bij hem te kunnen doen wanneer ik als kind mijn gedichten per post naar hem opstuurde. Hij las mijn gedichten na en maakte aantekeningen met een rode bic. Een week later vond ik zijn suggesties al in mijn brievenbus. Ik keek daar elke keer enorm naar uit. Mijn schrijfkriebels namen alsmaar toe en stilaan begon ik ervan te dromen om een boek te schrijven. Het zou een poëzieboek worden.

Vandaag schrijf ik over ‘de intentionele loopbaan’, mijn visie op loopbanen die gegroeid is uit eigen werkervaringen, de vele cases in mijn coachingbedrijf Maniola en de impact van sociaal-maatschappelijke evoluties op ons welzijn. Ik hoop je met dit boek te raken, te inspireren en te motiveren.

Tot mijn drieëndertigste voelde ik mij op de werkvloer zelden op mijn plek. Ook de richting die ik verder wou en kon uitgaan was wazig. Ik kon het niet vatten en bleef me afvragen of het de job, dan wel de werkomgeving was die mij dat gevoel bezorgde. Wat ik wel wist, was dat ik op het einde van mijn werkdagen niet genoeg voldoening haalde uit mijn job, en met een knagend en vaak ook een leeg gevoel naar huis ging. Ik begon te twijfelen aan mezelf en dacht dat er iets mis met me was. In tegenstelling tot mijn collega’s kon ik me moeilijk concentreren in een landschapsbureau, was ik heel gevoelig voor sfeer, wou ik voor een langere tijd gefocust kunnen doorwerken aan één taak en had ik een enorme nood aan autonomie en afwisseling. Mijn taken vond ik meestal maar bullshittaken. Wat was eigenlijk het nut van die lijvige dossiers waarmee niets werd gedaan, van de zoveelste advertentie in de krant of een aanwerving waar ik niet achterstond? Achteraf realiseerde ik me dat het niet enkel te maken had met de taak op zich, maar ook of ik iets wezenlijks had kunnen bijdragen aan anderen. Ik ben namelijk een extreme zinzoeker. Wat ik doe, moet betekenis hebben en een verschil maken.

Er was meer dat nadien begon te dagen. Vandaag kan ik mezelf met acceptatie omschrijven als hooggevoelig, introvert, iemand die moeite heeft met plotse verandering, maar toch veel afwisseling nodig heeft, die veel interesses heeft en in alles betekenis zoekt. Lang heb ik weerstand gevoeld voor deze eigenschappen van mezelf. Ze bemoeilijkten het mij om een job te vinden waar ik mezelf kon zijn. Achteraf realiseerde ik me dat ik op de verkeerde plekken had gezocht. Ik deed wat mijn omgeving van mij verwachtte. Toen ik afstudeerde, was het net een wedstrijd om als eerste een job te vinden in een gereputeerd bedrijf. Check! Thuiszitten van het werk, ook al voelde je je nog zo uitgeput, dat deed je niet. Check! Werken bij de overheid, dan had je pas zekerheid en goede voorwaarden. Check! Eigenlijk maakte ik de ene keuze na de andere zonder dat het de mijne waren. Op het moment zelf had ik dat niet door. Dit had een gigantische impact op mijn zelfbeeld, mijn algemeen welzijn en werkgeluk – met uiteindelijk een burn-out als gevolg. Er is veel reflectiewerk en begeleiding aan vooraf gegaan om tot het besef te komen dat het anders moest. Uiteindelijk vond ik de moed om te kiezen voor mijn waarden, passies en talenten, en startte ik mijn eigen bedrijf op. Dit gaf me de ruimte om mijn vele interesses te combineren en een context te creëren waarin ik zowel rust als uitdaging vind. Ook kan ik mijn eigen tempo en planning bepalen, mijn creativiteit voluit inzetten en betekenisvol werk vooropstellen. Sindsdien beleef ik mijn werkdagen vanuit mijn hart en sluit ik ze overwegend energiek, vervuld en enthousiast af. De uitdagingen onderweg grijp ik met beide handen vast.

Gelijkaardige ervaringen hoor ik van mijn cliënten. Ze zijn op zoek naar hun plek op de arbeidsmarkt en de koers die echt bij hen past. Hun keuzes worden ook beïnvloed door verwachtingen van hun omgeving of waarden die ze meekregen in hun opvoeding. Wat de omgeving van jou verwacht of wat je leert over goed en fout, is daarom niet altijd hoe jij echt in elkaar zit. Hoe groter de afstand wordt tussen wie je bent en wat je doet, hoe meer je van jezelf vervreemdt en je gaandeweg jezelf verliest. De intentionele loopbaan is een loopbaan trouw aan jezelf. Je maakt bewuste keuzes vanuit jezelf en wat jij echt belangrijk vindt. Jouw waarden vormen een innerlijk kompas in een maatschappij die heel snel gaat, blijvend in verandering is en hoge verwachtingen oplegt.

Jouw waarden helder krijgen, vraagt behoorlijk wat reflectiewerk. Van mijn cliënten hoor ik vaak hoe een ingrijpende levensgebeurtenis dit beïnvloedt. Het zorgt ervoor dat je opnieuw stilstaat bij wat echt telt. Ik kan dat voluit beamen. Dat brengt me naar november 2021, toen ons dochtertje werd geboren.

Ik keek al vier jaar uit naar het moment dat ik mijn kind in mijn armen kon nemen, dat ik het slepende gevecht om mijn kindergewens achter me kon laten en me volledig kon focussen op het nu. Genieten. Eindelijk was ze er, kon ik haar zien en ruiken, kon ik haar knuffelen en al mijn liefde geven. Al snel merkte ik dat er iets niet klopte. Ze had onvoldoende zuurstof en werd meteen weggebracht naar de afdeling neonatologie. Ik wist niet wat er aan het gebeuren was. Ik was te verdoofd van de pijn en de

rollercoaster waarin ik zat, zodat ik alleen maar kon afwachten. Wel dacht ik aan niets anders dan aan haar. Toen de verpleegkundige mij met bed en al naar de afdeling neonatologie bracht, kon ik haar eindelijk langer in mijn armen houden. Daar was ze dan, ons wondertje. Dat we haar niet mee naar onze kamer zouden kunnen nemen, hadden mijn man en ik al geaccepteerd. We wilden namelijk vooral dat ze in goede handen was in geval er nog iets zou gebeuren. De grote slag moest echter nog komen. De dag erna vertelden de artsen ons dat ons dochtertje geboren was met slokdarmatresie. Wat ze at, kon niet in haar maagje terecht komen. Om te overleven, moest ze de dag nadien worden geopereerd. Haar slokdarm moest op de juiste manier verbonden worden aan haar maag.

Het beeld van ons meisje in haar kleine bedje met tientallen buisjes en klevers, weggerold in de lift, op weg naar het operatiekwartier, met drie verpleegsters rond haar, waarvan er één een reanimatierugzak droeg, staat op mijn netvlies gebrand. Dat is het moment waarop mijn wereld stilstond. Nooit eerder had ik zo veel liefde en verdriet gevoeld, nooit eerder was ik zo bang geweest, nooit eerder had ik zo hard gewenst dat het goed zou komen, nooit eerder voelde ik me zo kwetsbaar en machteloos. Dat moment raakte mij zodanig in elke vezel van mijn lijf, dat ik met overtuiging kan zeggen dat het mij veranderd heeft. Ik werd naar binnen gekatapulteerd, naar mijn hart, mijn waarden, mijn kern. Het heeft me doen inzien dat wanneer iets of iemand zo belangrijk voor je is, er een extreme innerlijke kracht

ontspruit. Ik heb ook een immense dankbaarheid gevoeld, nederigheid zelfs.

Dit alles oversteeg mezelf, ik voelde me zo ontzettend nietig op die momenten. Er ontluikt een ongelooflijke schoonheid in het erkennen, het zien, het waarderen van het leven en dat niet als vanzelfsprekend nemen. Het heeft er uiteindelijk toe geleid dat ik nog bewuster ben gaan leven en werken, en dat ik liefde voorop wil stellen in alles wat ik doe. Het is altijd al een drijfveer van mij geweest, maar ik werd nog nieuwsgieriger naar mijn kernwaarden en hoe ik mijn leven en mijn werk hiermee kon laten samenvallen. Ik voelde dat ik deze shift in mijn coachingbedrijf verder wou integreren, ook omdat er zo'n grote nood aan is. Er is een groot verlangen naar een leven en loopbaan met meer verbinding, betekenis, waardering en vervulling, waar je jezelf kunt zijn.

Het was alsof de puzzelstukjes in elkaar vielen en mijn doel glashelder werd. Ik wil mensen helpen om dichterbij zichzelf te komen zodat ze hun leven en loopbaan krachtig, betekenisvol en in verbinding met anderen kunnen vormgeven. Trouw aan jezelf, ben je de beste versie van jezelf. Het is de rode draad geworden voor dit boek en andere initiatieven die ik heb opgezet. Op Spotify vind je mijn podcast *Kelly en de kapiteinen*, waarin ik in gesprek ga met bezielde ondernemers, creatieve generalisten of experts over hun bijzonder carrièrepad. Laat je inspireren door hun verhalen en voor nu, even vertragen bij *De intentionele loopbaan*.

Haar persoonlijke
benadering en diepgaande,
praktische inzichten bieden
een ongeëvenaarde en
inspirerende gids voor
iedereen die op zoek is
naar betekenis en bloei
in zijn of haar loopbaan.
Een bijzonder boek van
een bijzonder mens.

Proloog

door Sven Bullaert

We leven in een bijzonder tijdsgewricht, een tijd vol enorme uitdagingen. Klimaatverandering, vergrijzing, oprukkende artificiële intelligentie en maatschappelijke polarisatie zijn slechts enkele voorbeelden. De snelheid waarmee situaties veranderen is, vergeleken met pakweg honderd jaar geleden, bijna exponentieel toegenomen. Waar je vroeger op jonge leeftijd via je studies en eerste werkervaringen al een vrij duidelijk zicht kon krijgen op je verdere loopbaan, kun je er nu van uitgaan dat wie vandaag start aan zijn of haar loopbaan, zich minstens vijf keer zal moeten heroriënteren. Dit kan misschien beangstigend overkomen, maar het biedt naar mijn mening juist enorme kansen. Het stelt je in staat om als individu te blijven groeien en stap voor stap vanuit jouw kern naar jouw ware *purpose* te evolueren.

Om dit goed aan te pakken, zijn er volgens mij twee zaken essentieel. Allereerst heb je een goed fundament nodig, met andere woorden een goed inzicht in wie je bent, in jouw talenten, waarden, dromen, angsten, zwaktes, enzovoort. Kortom: een zo volledig mogelijk beeld van wat jou als mens bijzonder maakt. Ten tweede heb je een leidraad nodig om vanuit dat fundament de juiste keuzes te maken en zo doorheen jouw loopbaan te groeien naar een impactvol leven. Ik zeg ‘impactvol leven’ omdat dit

naar mijn mening juist in deze bijzondere tijden ‘het nieuwe kapitaal’ zal worden. Mensen die erin slagen om een loopbaan uit te bouwen in lijn met hun *purpose*, zullen automatisch anderen inspireren, een positieve impact creëren op de mensen om hen heen en zeer gegeerd zijn.

Zelf heb ik het geluk gehad om een aantal eyeopeners op mijn levenspad te krijgen. Zo was er tijdens mijn tienerjaren het bezoek aan het museum van Salvador Dalí in Figueres. Ik zag er de lippensofa die hij ooit maakte en plots begreep ik dat het ‘ingenieurspad’ dat ik toen bewandelde geen goede keuze was, dat ik meer emotie in mijn pad kon brengen door industrieel vormgever te worden. Door een groeiend verlangen naar meer schoonheid raakte ik gepassioneerd door mode en werd zo de ontwerper achter het tassenmerk Kipling, een merk dat van klein Belgisch merk op zeer korte tijd explodeerde tot wereldmerk. Hierdoor kwam ik terecht in een boeiend maar te hectisch leven met een fysieke en psychologische crash tot gevolg. Die crash leerde me dan weer dat ik vooral zo hard werkte voor externe erkenning en hierdoor mezelf aan het verloochenen was. Het werd toen tijd om iets nieuws op te starten dat nog dichter bij mijn waarden lag, dit werd het modemerkt I AM. Na het overleven van een vliegtuigcrash begreep ik dan weer dat het leven in een flits voorbij kan zijn en dat het erop aankomt om een positieve impact achter te laten in plaats van grote winst en omzetcijfers na te jagen. Hierdoor begonnen we met I AM reeds begin deze eeuw als pioniers volop in te zetten op duurzaamheid. Duurzaamheid is trouwens iets wat ik nu in de laatste fase van mijn leven verderzet met

verschillende projecten in diverse domeinen onder de verzamelnaam UMU. Daarbij begeleid ik ook startende ondernemers.

Als ik nu terugkijk op deze loopbaan – die zeker niet vlekkeloos verliep – merk ik dat mijn purpose eigenlijk al duidelijk was in mijn jeugdijaren. Jammer genoeg wijken we er zo snel vanaf door ondermeer opvoeding, een onderwijssysteem dat te veel focust op het opslaan van kennis, verwachtingen van ouders, te starre maatschappelijke structuren en de drukte van het leven.

Gelukkig ervaarde en omarmde ik mijn eyeopeners en de moed om keuzes te maken die me telkens dichterbij mijn waarden brachten en de ware redenen vormen waarom ik leef. En ja, gelukkig is er nu ook dit boek. Voor het eerst las ik een visie die alle essentiële elementen zeer grondig uitdiept op basis waarvan je tijdens jouw loopbaan keuzes maakt.

Wat dit boek ook zo krachtig maakt, is dat Kelly vertrekt vanuit haar eigen leven, haar eigen zoektocht, haar twijfels, angsten en dromen. Ze reikt ons tools aan die ze zelf heeft getest en uitgewerkt, wat haar verhaal en visie ook zo authentiek maakt. Haar persoonlijke benadering en diepgaande, praktische inzichten bieden een ongeëvenaarde en inspirerende gids voor iedereen die op zoek is naar betekenis en bloei in zijn of haar loopbaan. Een bijzonder boek van een bijzonder mens. Enjoy!

Sven Bullaert, serial entrepreneur en kunstenaar

Inleiding

Opbouw van het boek

Je besteedt gemiddeld, naast het aantal uren slaap, de meeste tijd aan je werk. Als je streeft naar een goeie levenskwaliteit, is het dan ook cruciaal om bewuste keuzes te maken op loopbaanvlak.

Aanvankelijk wou ik in dit boek van start gaan met de beschrijving van de intentionele loopbaan. Meteen to the point zijn, leek mij de beste manier om jouw aandacht te trekken. Tenslotte is het ook de titel van het boek. Hoe langer ik erover nadacht, hoe meer ik er echter van overtuigd raakte dat deze aanpak niet bij mijn visie past.

Bouwen aan een intentionele loopbaan vergt namelijk meer dan een stappenplan of een resem aan tips en tricks. Er is een bepaalde levenshouding voor nodig: die van intentioneel leven. Ik beschouw deze levenshouding als het fundament van de intentionele loopbaan. De intentionele loopbaan an sich is een professionele veruiterlijking van intentioneel leven. Samen noem ik het de ‘WIL of being & acting’, waarbij WIL de afkorting is voor de bewuste weg van intentioneel leven en werken. Ik besloot

dan ook om een volledig boekdeel te wijden aan de intentionele levenshouding en er ook mee te starten. Ik neem je mee in mijn definitie van intentioneel leven, en in datgene waaruit ik zelf inspiratie haal. Ik laat je kennismaken met de intentionele levenshouding als houvast en hoe die een antwoord kan bieden op de patstelling ‘ik word geleefd’. Bovenal kun je ‘intentioneel leven’ leren. Met elf basisvaardigheden reik ik je de hand om ermee van start te gaan, erop te oefenen, ermee te experimenteren en er vooral jouw eigenheid in te zoeken. Laat het een ontdekkingsreis zijn waarbij al jouw indrukken er mogen zijn.

Het concept van de intentionele loopbaan komt uitgebreid aan bod in het tweede deel van dit boek. Ik vond het zinvol en logisch om eerst de definitie van de intentionele loopbaan weer te geven en die vervolgens te kaderen binnen onze huidige tijdgeest. We leven in een snelle en continu veranderende wereld waar alles in elkaar lijkt over te vloeien. Een job kunnen doen die echt bij je past, waar je betekenis uithaalt en een verschil kunt maken voor de ander, lijkt alsmaar belangrijker te zijn terwijl het net uitdagender wordt om die te vinden. Heel wat mensen zijn zoekende op de arbeidsmarkt, hebben gaandeweg zichzelf verloren of voelen zich niet verbonden met hun omgeving. De intentionele loopbaan is dus meer dan nodig. Het manifest van de intentionele loopbaan omvat verschillende principes die een houvast bieden voor het vormgeven van de intentionele loopbaan. Ze bouwen verder op de intentionele levenshouding.

Deel drie van dit boek is volledig gewijd aan het K.E.R.N.-model van de intentionele loopbaan. Deze procesmatige leidraad bestaat uit ‘intentioneel leven’ als fundament, met daaropvolgend de vier K.E.R.N.-fasen: Ken jezelf, Erken jezelf, Resoneer met anderen en Navigeer jezelf. Elke fase wordt uitvoerig omschreven met bijbehorende oefeningen en reflectievragen. Door elke fase te doorlopen, bouw je voor jezelf een intentionele loopbaan uit of kun je hiermee anderen op hun pad begeleiden. Het is geen stappenplan, wel een proces dat je doorloopt en waarbij je vertraagt, voluit op ontdekking gaat en soms een stap terug zet om verder te kunnen gaan in de richting van jouw bestemming. Het K.E.R.N.-model van de intentionele loopbaan bevat ook twee K.E.R.N.-concepten, namelijk impact en moed. Met intentionele loopbaankeuzes genereer je impact voor jezelf en anderen. Het vraagt wel moed om ze te maken. Hoe zich dat vertaalt in de praktijk, komt op het einde van deel drie aan bod.

Voor wie is dit boek bedoeld?

Wil je jouw plek op de arbeidsmarkt vinden? Wil je jezelf kunnen zijn op het werk en betekenis en vervulling halen uit wat je doet, in loondienst of als zelfstandige? Dan is dit boek absoluut voor jou bedoeld. Dit boek helpt je meer eigenaarschap over jouw loopbaan te nemen. Je ontdekt hoe je jouw loopbaan kunt vormgeven en sturen als een verlengde van wie je bent en wat je nodig hebt om te floreren.