

# Stap uit je comfort zone en maak jezelf **zichtbaar!**

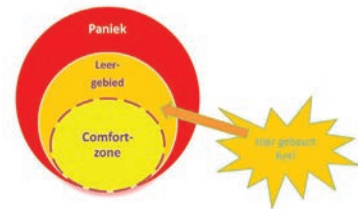
Wanneer professionals binnenkoven van Personal Branding, dan spat maal de stap hebben gemaakt het alsof het resultaat er gister ongeduld snel afneemt bij de eerdan moet men met zijn of haar vindt het merendeel van de men-comfortzone'. Als je namelijk blijft dan ziet niemand wat jij in de volle breedte als professional (nog meer) te bieden hebt. En dan blijf je lekker veilig in je comfortzone. Persoonlijke groei daarentegen ligt juist buiten de gebaande paden. Deze comfortzone en de angst eruit te stappen is één van de grootste belemmeringen als het gaat om doorpakken met je Personal Brand en de ontwikkeling hiervan. Vandaar dat ik jou als fysiotherapeut, masseur of natuurgeneeskundig therapeut uitdaag om ook je eigen comfortzone eens wat op te rekken. Want jouw organisatie of praktijk heeft nu eenmaal recht op jouw talent! Wat gebeurt er eigenlijk als mensen in organisaties gevraagd (of opgelegd) worden om hun comfortzone te verlaten? Dan schieten velen door naar het rode gebied, ofwel de paniekzone. Hierin verlammen ze en komt er door stress geen positieve prikkel om zichzelf te ontwikkelen. Als je oprecht wilt dat mensen groeien en meedenken, dan is het de kunst om hen net buiten de comfortzone te krijgen en ze uit te dagen in het leergebied. Als het goed gaat, dan verruimt deze zone zich in de loop van de tijd en kun je weer een stapje verder maken. Mensen zijn vaak bang om de comfortzone te verlaten omdat zij denken dat ze nog onvoldoende vaardigheden bezitten om de stap te kunnen wagen. Terwijl deze zaken zich vanzelf meeontwikkelen als je de stap eenmaal zet. Wat kan jou (of je team) nu een zetje geven om die comfortzone te verlaten en je Personal Brand zichtbaarder te maken? Een aantal tips.

1. Visualiseer je doel, focus je op het doel waarom je de stap wilt zetten.
2. Wat levert het je op? Bijvoorbeeld positieve energie of nieuwe cliënten.
3. Concretiseer wie of wat je nodig hebt (planning, kennis, steun, collega's).
4. Fouten maken mag, het is nieuw voor je!
5. Toon je lef en ga het doen!

Drs. Jocelyn Rebbens is Personal Branding expert en geeft trainingen, workshops, individuele coaching en lezingen aan professionals en ondernemers. Neem voor vragen contact op via [info@rebbels.com](mailto:info@rebbels.com) of kijk op [www.rebbels.com](http://www.rebbels.com).

men voor een training of coaching op het gebied het ongeduld van hun gezichten af. Als ze eenom te werken aan hun Personal Brand, dan lijkt ren al had moeten zijn. Inmiddels weet ik dat dit ste persoonlijke presentatie voor de groep. Want Personal Brand uit de comfortzone komen en dat sen doodeng! In deze column ga ik in op 'de doen wat je doet en lekker druk bent met je werk,

Zichtbaarheid: Kom uit je comfortzone!



*Wish it...  
Dream it...  
Do it.*



Bezoek onze website: [www.zonnevlechtopleidingen.nl](http://www.zonnevlechtopleidingen.nl)

Welkom

bij Zonnevlucht Opleidingen  
"U bent in goede handen"

Persoonlijke aandacht, begeleiding en advies zijn onze sleutelwoorden. Met trots en passie begeleiden wij onze cursisten in of naar het massagevak.

Onder begeleiding van onze professionele trainers/docenten verzorgen wij voor u de massage cursus of opleiding die u verdient.

Binnen Zonnevlucht Opleidingen bieden wij u alle ruimte om te groeien in uw vak en persoonlijkheid.

Wij begroeten u graag bij Zonnevlucht Opleidingen.