



Investeren in jezelf

Afgelopen maand was ik in Helsinki. Primair was ik daar voor een bezoek aan de 21 kamers tellende Hygga kliniek, om hun innovatieve en flexibele afsprakensysteem voor patiënten en behandelaars te bekijken. Tijdens het bezoek werd me duidelijk dat de Finse tandheelkunde niet zoveel van de Nederlandse lijkt te verschillen, en als gast uit Nederland ben ik hartelijk ontvangen door de Chief Digital Officer en de CEO. Waar je soms hoort dat Finnen koel kunnen zijn, heb ik ze vooral als heel hartelijk ervaren. Iets wat helpt wanneer je in een nieuwe omgeving bent.

Het deed me beseffen dat alle mensen op deze wereld in essentie niet zoveel van elkaar verschillen: we zien er soms anders uit, spreken een andere taal en kennen andere gebruiken, maar in de kern zijn we allemaal op zoek naar hetzelfde.

Motivational speaker Tony Robbins verwoordt het als The 6 Human Needs, waarbij de mens behoefte heeft aan zekerheid, variatie, waardering, liefde, groei en contributie. Over het algemeen zijn er twee kernbehoeftes die overheersen, en daarmee centraal staan in hoe jij je leven tot nu toe leidt.

Wat blijkt? Uiteindelijk is iedereen op zoek naar liefde, maar gebruik

ken we ieder onze eigen voorkeursbehoeftes om liefde te ervaren. Een groot deel van de mensen zoekt liefde via waardering van anderen, maar je kan er ook voor kiezen de liefde uit jezelf te halen, bijvoorbeeld via innerlijke groei. Want wanneer jij volledig jezelf kan zijn en lekker in je vel zit, zal je vanzelf de mensen aantrekken die bij je passen.

Zo wordt ook gezegd over het vinden van een partner: wie moet je zijn om aantrekkelijk te worden gevonden door een ander? Hoe authentiek je bent, en hoe meer je van je potentieel waarmaakt, hoe groter de kans dat je een geschikte partner zal aantrekken.

M'n bezoek aan Helsinki deed me ook terugdenken aan m'n buitenlandstage in 2017, toen ik twee maanden alleen in New York zat. De eerste dagen heb ik me op momenten zeker alleen gevoeld, maar gaandeweg leer je mensen kennen, en bouw je een volledig nieuw leven op, met nieuwe routines en avonturen.

Het heeft me het vertrouwen gegeven dat waar ik ook kom, ik de capaciteiten heb een nieuw leven op te bouwen. Hetgeen zekerheid geeft, en tegelijkertijd ook een hoop flexibiliteit. Want stel dat alles wat

je ooit hebt opgebouwd – je huis, auto, geld, praktijk, bedrijf en al het materiële waarover je momenteel beschikt – van de ene op de andere dag weg zou zijn... Zou je dan in staat zijn om alles vanaf nul weer volledig opnieuw op te bouwen? Wanneer je over de juiste vaardigheden, motivatie, drive en genoeg tijd beschikt, zou dit geen probleem moeten zijn.

De beste investering die je kan doen is een investering in jezelf. Investeer dus in je communicatie en het verbeteren van je huidige skillset, zowel binnen als buiten de tandheelkunde. Het zal je leven nog mooier en rijker maken dan het nu al is.

Stephan Tjiok is tandarts & coach en founder van DNTSTRY University: blijf middels maandelijkse masterclasses in verbinding met studiegenoten en collega's voor een leven lang inspiratie, plezier en groei in je tandheelkunde. Meer informatie: dntstryuniversity.com ■