

# column

**Daniëlle  
Freude-  
Hellebrand**



## Van Ego naar Eco

**E**nergie staat aan de basis van alle dingen, dat weten we sinds Einstein. Energie is de kern van alles in de wereld om ons heen. Dat geldt ook voor onze 'levensenergie'.

We kennen allemaal het fenomeen van mensen die ons energie geven en mensen die ons leeg laten lopen. Energiegevers hebben een positieve levenshouding, stralen een bepaalde levenslust, bevologenheid en vertrouwen uit. Die bevologenheid werkt aanstekelijk en zorgt voor een gevoel van positieve verbondenheid.

Positieve besmetting is niet alleen bevorderlijk op ons werk, ook in ons privéleven. We zijn als een soort wifi met elkaar verbonden. Alles wat we zien interpreteren we als sociaal. Je hoeft maar een paar stipjes te tekenen of we zien een wezen met oogjes en een mond.

De mens is een 'groepsdier'. En organisaties bestaan nu eenmaal uit groepen mensen. Of antropologisch gezegd; uit allerlei tribes, met een eigen stamhoofd, rituelen en spelregels. Willen we dus groepen mensen begrijpen, sturen en goed samen laten werken, dan moeten we begrijpen hoe groepen mensen zich tot elkaar verhouden.

Goede resultaten krijg je door de juiste mensen om je heen te verzamelen. We kijken namelijk rond en zien wat anderen doen. Vervolgens doen we dit gedachteloos na. Ons brein werkt enorm efficiënt, 95 % van onze handelingen voeren we onbewust uit. Het is dus makkelijker en sneller een bekend spoor te volgen dan het spoor helemaal zelf te bedenken.

Dit noemen we sociale aanstekelijkheid. De handelingen en keuzes van andere mensen beïnvloeden ons veel meer dan we beseffen. Het werkt als een griepvirus, je kunt het van andere mensen krijgen. Ons hele leven blijft het vitale belang van banden met je 'tribe' cruciaal.

Kortom: 'get the right people on the bus'. Je bent namelijk het gemiddelde van de mensen om je heen!

In onze kenniseconomie zouden we gebaat zijn bij een CEO, een Chief Energy Officer. Iemand die meedenkt over het mobiliseren, inspireren en geregeld opladen van de energie van alle medewerkers. We zijn op ons best als we ritmisch heen en weer bewegen tussen verbruik en vernieuwen van energie van onszelf en de mensen om ons heen. Want succes is niet het resultaat van één persoon, het krachtigste woord is 'we'.

De vakantie is bijna om. Ik hoop dat u de opgedane energie nog een hele tijd vast kunt houden.

*Reageren?*  
[info@coaching-freude.com](mailto:info@coaching-freude.com)  
[www.coaching-freude.com](http://www.coaching-freude.com)