

De cirkels van invloed & betrokkenheid

Covey (2010) verdeelt onze omgeving in twee invloedssferen. De cirkel van betrokkenheid en de cirkel van invloed.

- **De cirkel van betrokkenheid:** hier spelen zich zaken af waar we weet van hebben en welke direct of indirect invloed op ons uitoefenen. Ze kunnen ons enerveren, frustreren of we kunnen er wakker van liggen, maar we kunnen er weinig of geen invloed op uitoefenen (bv. de trein die vertraging heeft). De cirkel van betrokkenheid kenmerkt zich door de werkwoorden 'hebben' (had ik maar...), 'wensen' en 'moeten'.
- **De cirkel van invloed:** dit heeft betrekking op dingen waar we wel invloed op kunnen uitoefenen. De cirkel van invloed kenmerkt zich door de werkwoorden 'zijn', 'doen', 'willen' en 'kiezen' (bv. we kunnen ervoor kiezen om te verhuizen zodat we met de fiets naar de school/ het werk kunnen gaan en zo geen last meer te hebben van de vertragingen, een brief sturen naar de NMBS of misschien zelfs zelf bij de NMBS gaan werken om te streven naar een beleid van stipte treinen, ...).

Het heeft volgens Covey dus geen zin om op mensen te vitten of je te frustreren in je eigen beperktheden. Het is daarentegen belangrijk om je energie te richten op je cirkel van invloed. Dit is wat volgens Covey kenmerkend is voor pro-actieve mensen. Naar mate je beter bent in het invullen van je cirkel van invloed kan je deze vergroten waardoor deze meer ruimte inneemt van de cirkel van betrokkenheid.

