

Je antwoordt in de lift. Je denkt in de gaten tussen vergaderingen, wat erop neerkomt dat je bent gestopt met denken en bent begonnen met reageren. Je beste beslissingen komen nog steeds in de zeldzame stilte (een lange autorit, een vroeg uur voordat de inbox wakker wordt), maar je kunt die stilte niet bewust oproepen, dus wacht je erop zoals je op het weer wacht. Intussen krijgen de keuzes die zich opstapelen dezelfde versnipperde aandacht als de keuzes die er niet toe doen.

Het gangbare advies luidt: een digitale detox, een weekend vrij, de belofte om het rustiger aan te doen zodra dit kwartaal voorbij is. Dat advies faalt, omdat het afzondering behandelt als herstel van het werk in plaats van als de infrastructuur die het werk scherp maakt.

Strategic Solitude herdefinieert alleen-zijn als een prestatiesysteem dat je kunt ontwerpen, niet als luxe die je steelt. Gebouwd op onderzoek naar aandachtsherstel, de wetenschap van het default mode netwerk van de hersenen en Stoïcijnse praktijk, introduceert het boek het SPACE-raamwerk (Select, Protect, Attend, Calibrate, Evaluate): vijf bewegingen die versnipperde alleen-tijd veranderen in doelbewuste, meetbare denktijd. Het behandelt je afzondering zoals jij je bedrijf behandelt: als een systeem dat je kunt waarnemen, beschermen en verbeteren.

Je leert:

- Het juiste type afzondering selecteren (reflectief, creatief, herstellend of voorbereidend) voor de uitkomst die je echt nodig hebt.
- Alleen-tijd beschermen tegen verstoring met grenzen en scripts die standhouden onder sociale druk.
- Je waardevolste denkwerk doen wanneer je geest hersteld is in plaats van uitgeput.
- Transitierituelen kalibreren, zodat je snel de afzondering in gaat en zonder wrijving de ruimte weer in stapt.
- De kwaliteit van je afzondering evalueren en het systeem bijstellen per kwartaal, niet per stemming.

Je trekt je niet terug uit je verantwoordelijkheden of je relaties. Je denkt er helderder binnen, en houdt die helderheid vast lang nadat de oprichters die afzondering als luxe behandelden door die van hen heen zijn.

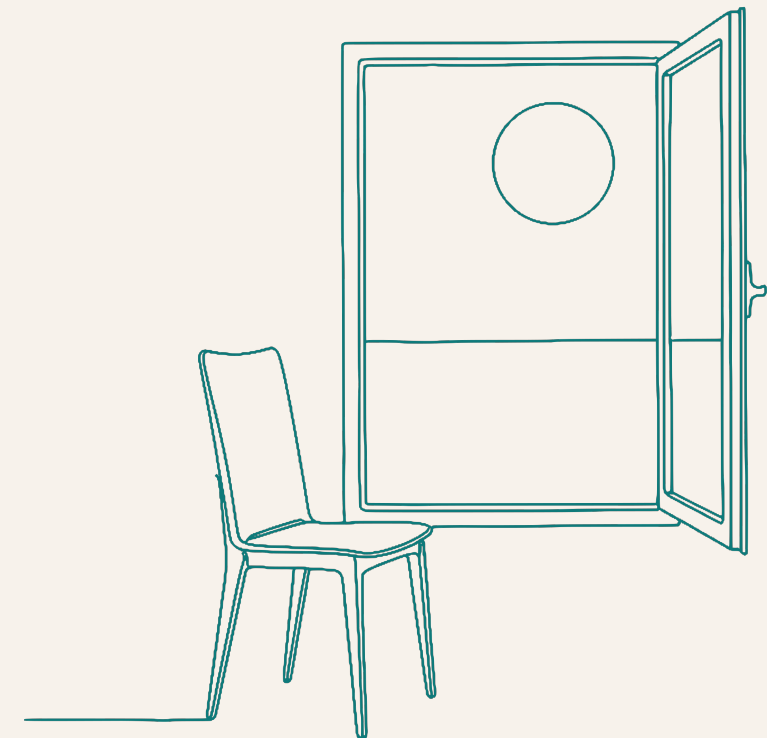
Komt je scherpste oordeel telkens bij toeval, dan bestaat dit boek om het bij ontwerp te laten komen.

## drs. Len P. van der Hof

Hij bouwt besturingssystemen voor het strategische zelf. Behandelt ondernemerschap, AI en machine learning, marketing, filosofie, psychologie en gezondheidsoptimalisatie als één engineeringprobleem. MSc in Strategic Entrepreneurship, Rotterdam School of Management, Erasmus Universiteit.

# Strategische Stilte

Hoe doelgerichte eenzaamheid je besluitvorming verscherpt



Len P. van der Hof

Systems for the Strategic Self