



**DIGIVAARDIG
IN DE ZORG**



**DE (BE)LEEF
PSYCHOLOOG**

Verandertaal in veranderprocessen



Even voorstellen!



**DE (BE)LEEF
PSYCHOLOOG**

Programma

Stretchzone

Verandertaal

De praktijk

Verandering

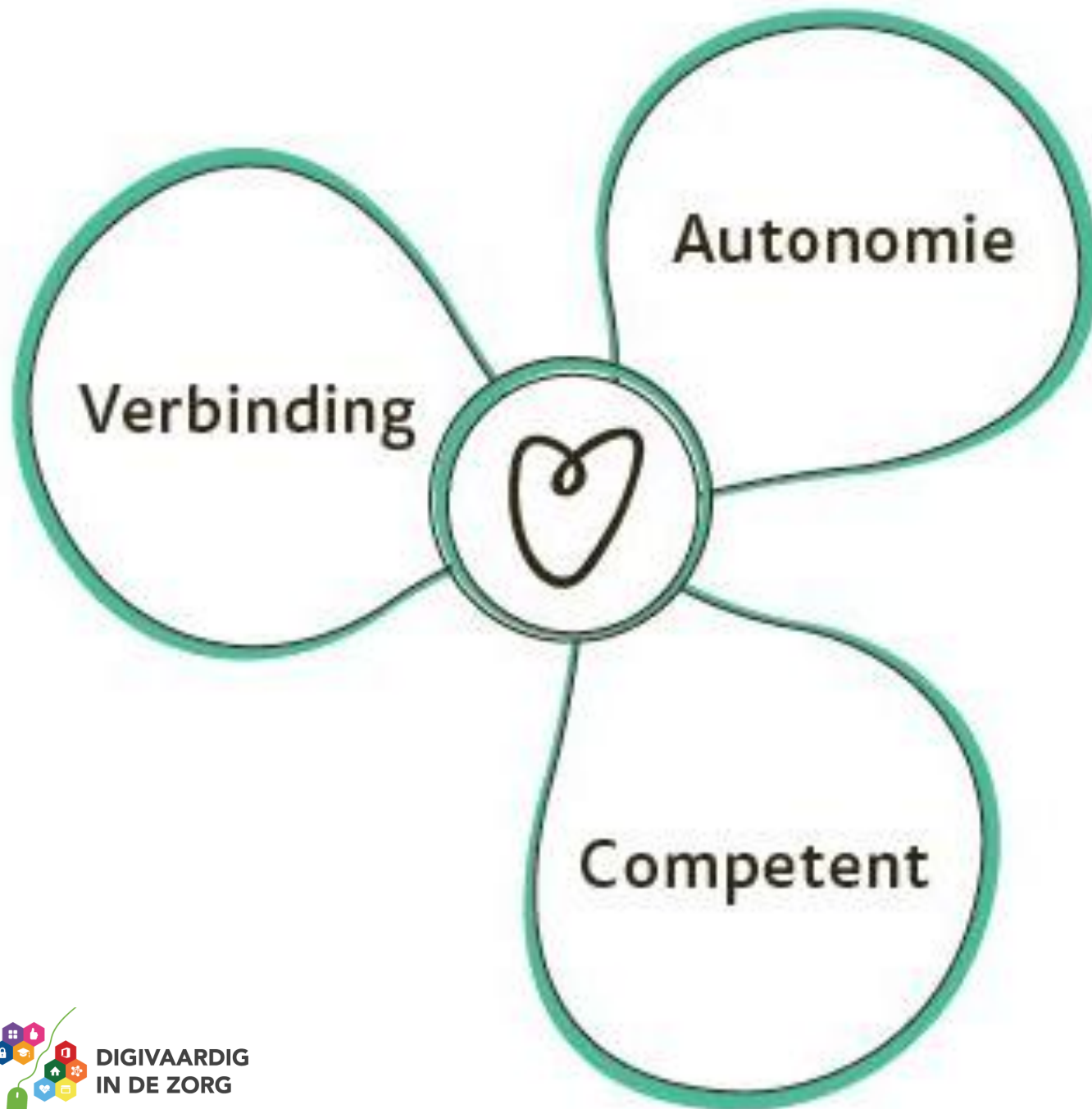


Weerstand

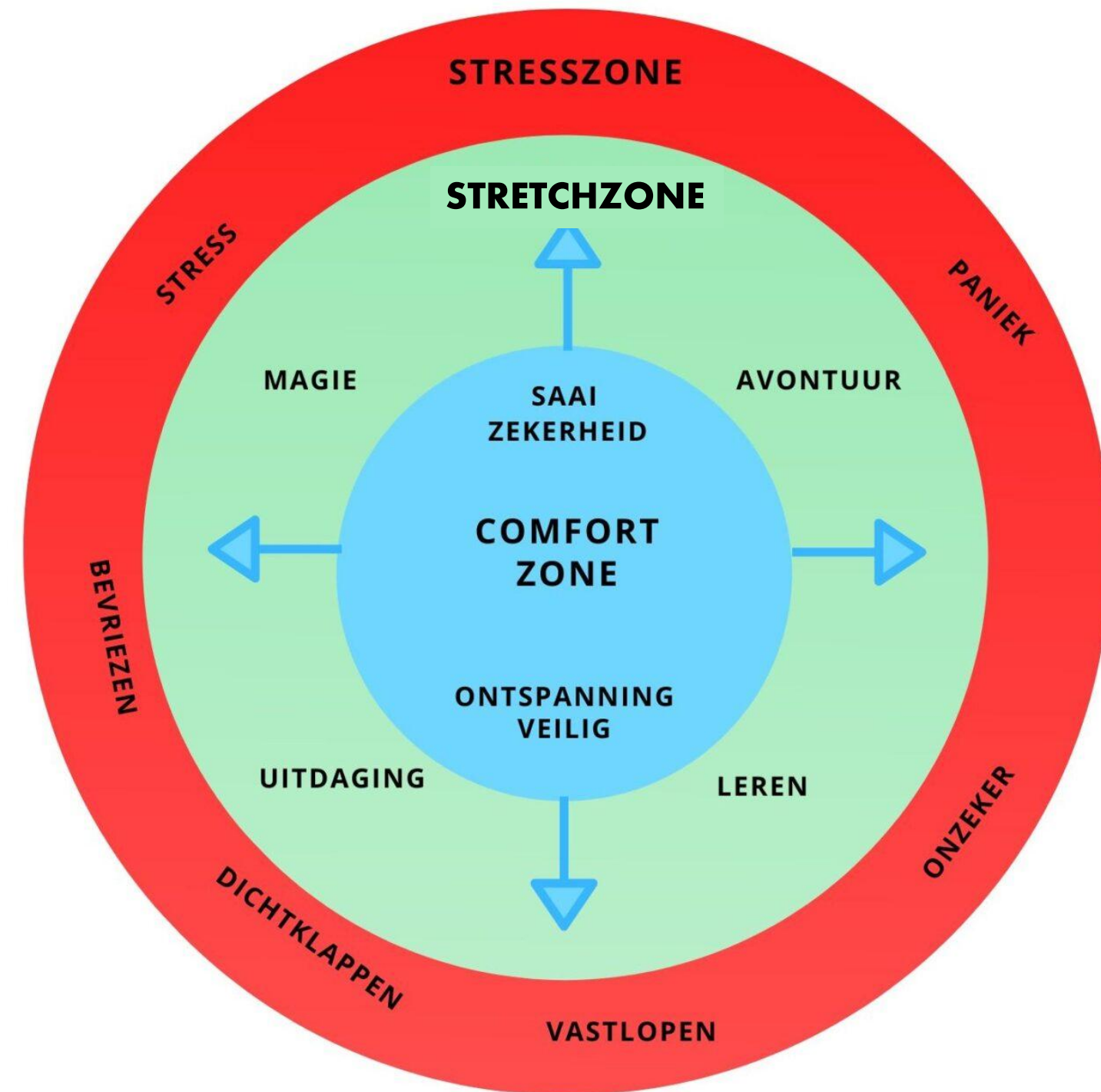


NIEUWE WERKELIJKHEID





Drie bouwstenen



Stretchzone

Of Stresszone!?

IJsberg van McClelland

Wat doe je?

kennis
vaardigheden
gedrag

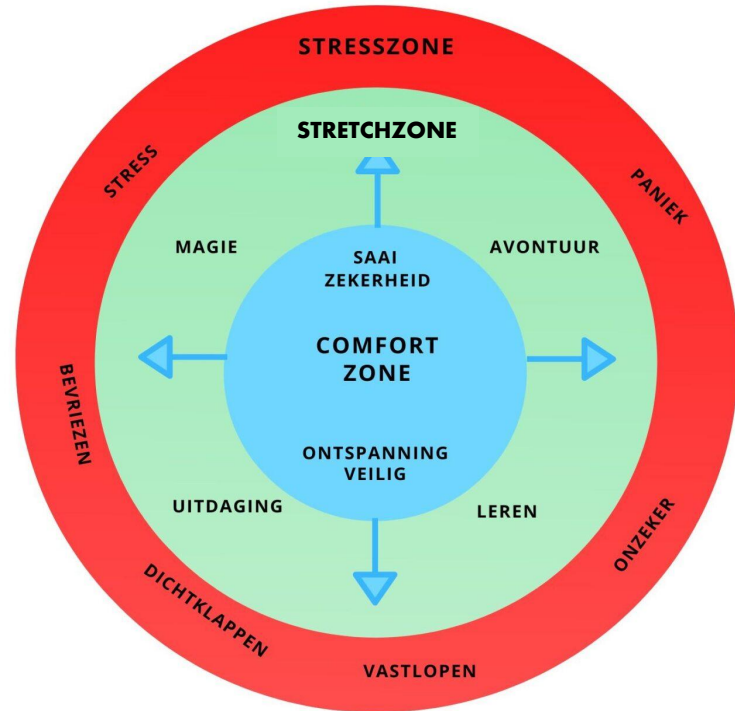
Wat denk je?

normen, waarden
overtuigingen
zelfbeeld

Wat wil je?

eigenschappen, persoonlijkheid
drijfveren en motieven

ZICHTBAAR
ONZICHTBAAR



Behoudtaal vs. Verandertaal



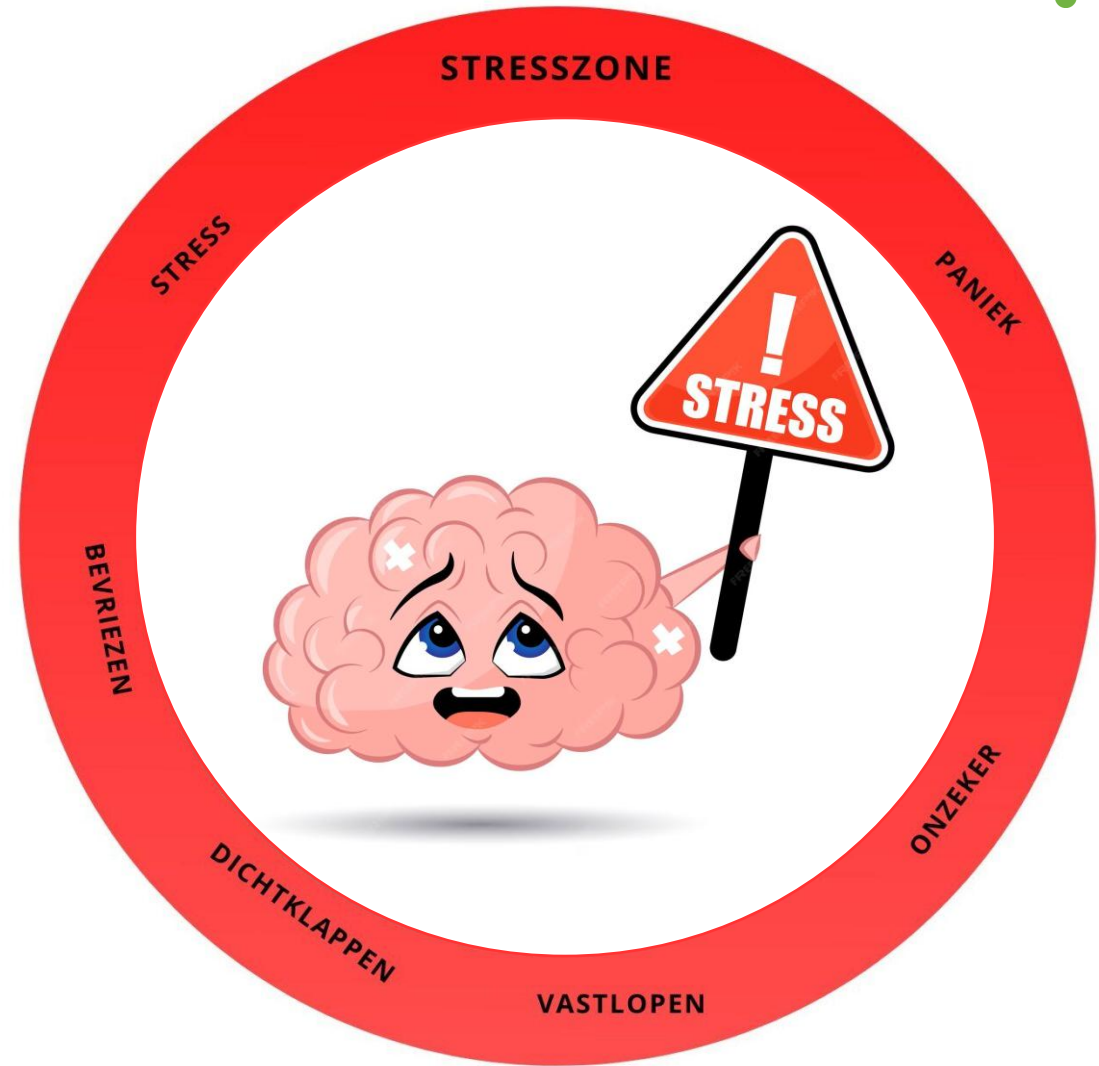
Verwachtingen bijstellen..



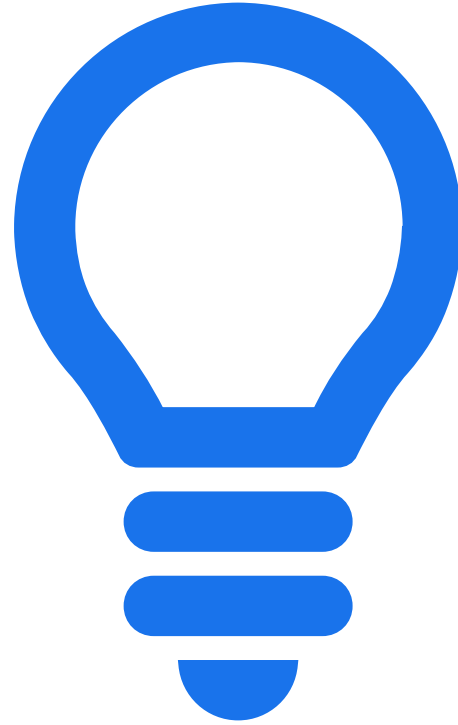
En dan..?



Stresszone

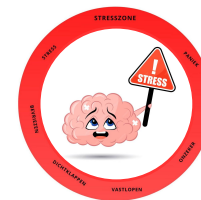


- Contact voor contract!
- Verhaal laten doen
- Voorzichtig onderzoeken: is het autonomie / competentie / verbondenheid?
- Doel is geruststellen en op weg naar de stretchzone



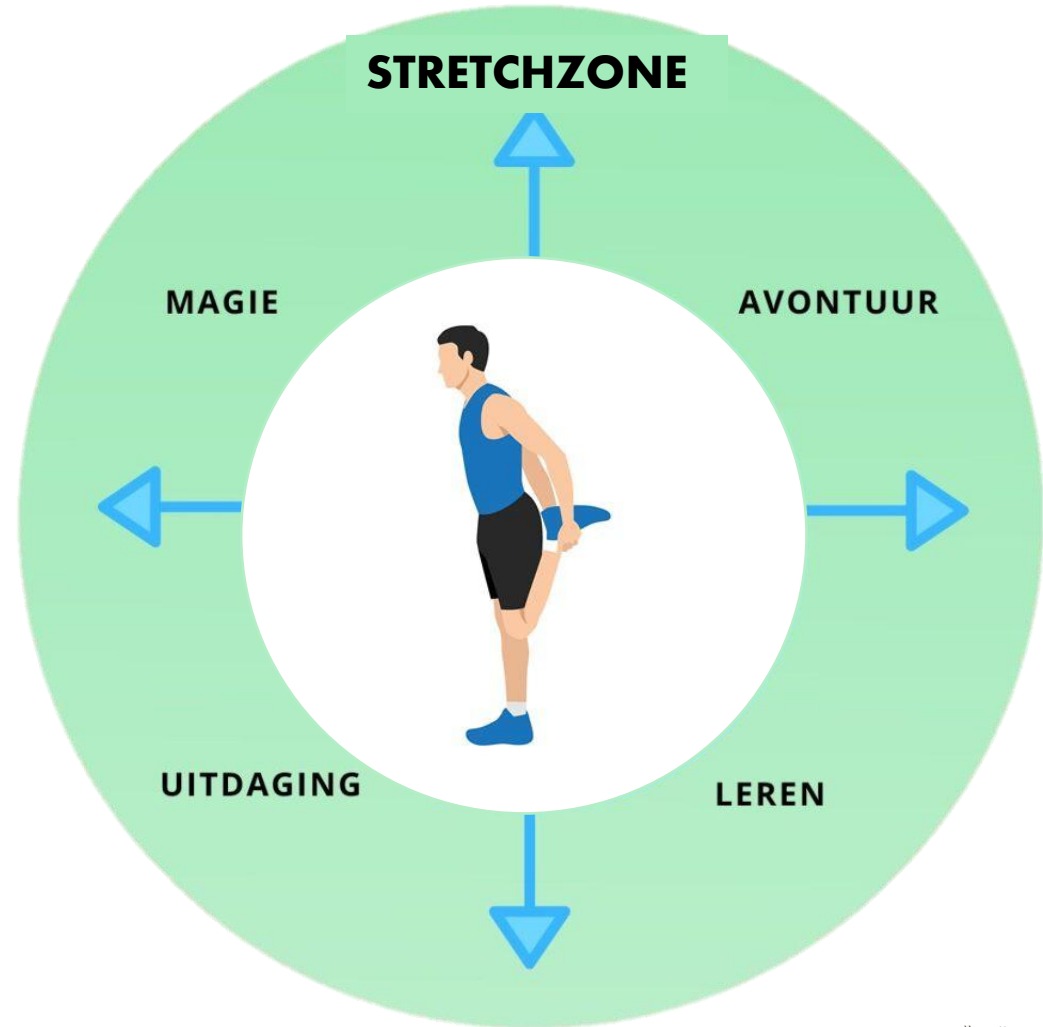
- GEEN ongevraagde adviezen
- Jouw agenda loslaten: volg de ander
- Erken de weerstand
- Sluit aan bij de emotie (dus alleen verbinden, geen inhoud!)

Tips & Tricks



Stresszone

Stretchzone



Tips & Tricks

Stretchzone



1. Verbondenheid: Het grotere doel

“Wat wil je bereiken?” of “Wat is jouw uiteindelijk doel?”

“Wat levert je dat op?” of “Hoe ziet dat er uit?”

“Wat is daarbij voor jou belangrijk?” of

“Waar hecht je het meeste waarde aan?”

“Hoe voel je jezelf dan?” → belangrijke afsluiter!



Tips & Tricks

2. Voordelen van verandering laten benoemen (vraag door!)

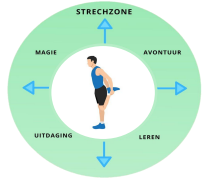
Heb hierbij aandacht voor autonomie: wat vind JIJ voordelen? Speel daar op in

Stretchzone



Tips & Tricks

Stretchzone



3. Eigen capaciteiten laten benoemen (competentie & autonomie):

“Welke stappen denk je te moeten zetten om tot de verandering te komen?”

“Over welke eigenschappen beschik je om dat te realiseren?”

“Waar ben je goed in?” *en vervolgens* “Hoe kan je dat nu benutten?”

“Wanneer heb je eerder met een lastige situatie te maken gehad en hoe heb je dat toen aangepakt?”

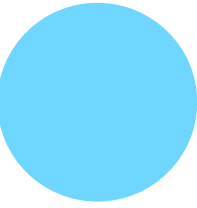
“Wat zou je nu kunnen doen?”



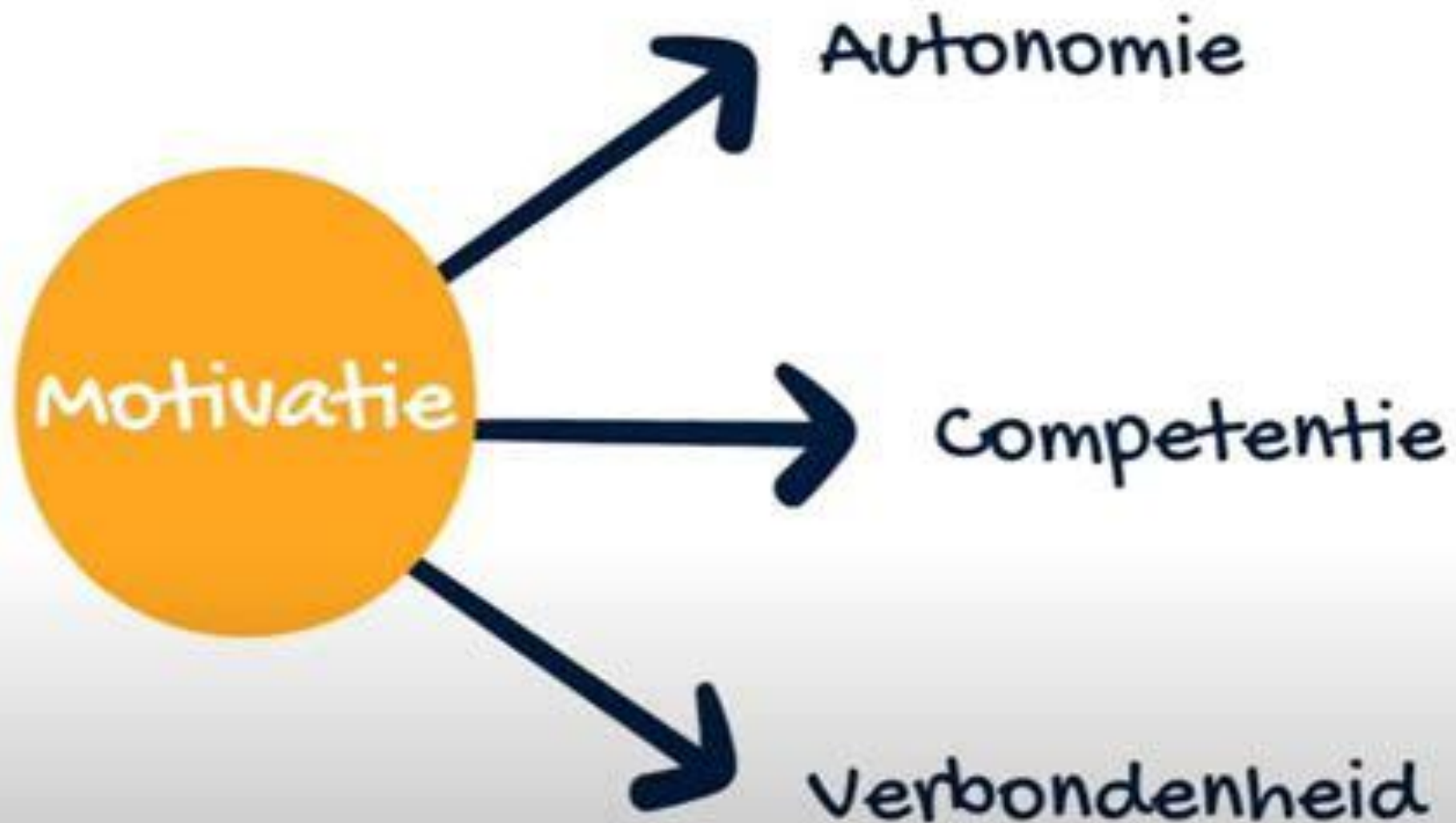
Tips & Tricks

- Gebruik gemotiveerde collega's om met weerstand in gesprek te gaan.
- In gesprek: welke doelen hebben zij wel?
- Soms lijkt iemand heel relaxt, maar durft eigenlijk niet in beweging te komen..
- Gebruik kennis om collega's met weerstand te bereiken

Comfortzone



Conclusie



EINDE



PRESENTATIE

makeameme.org

Vragen?