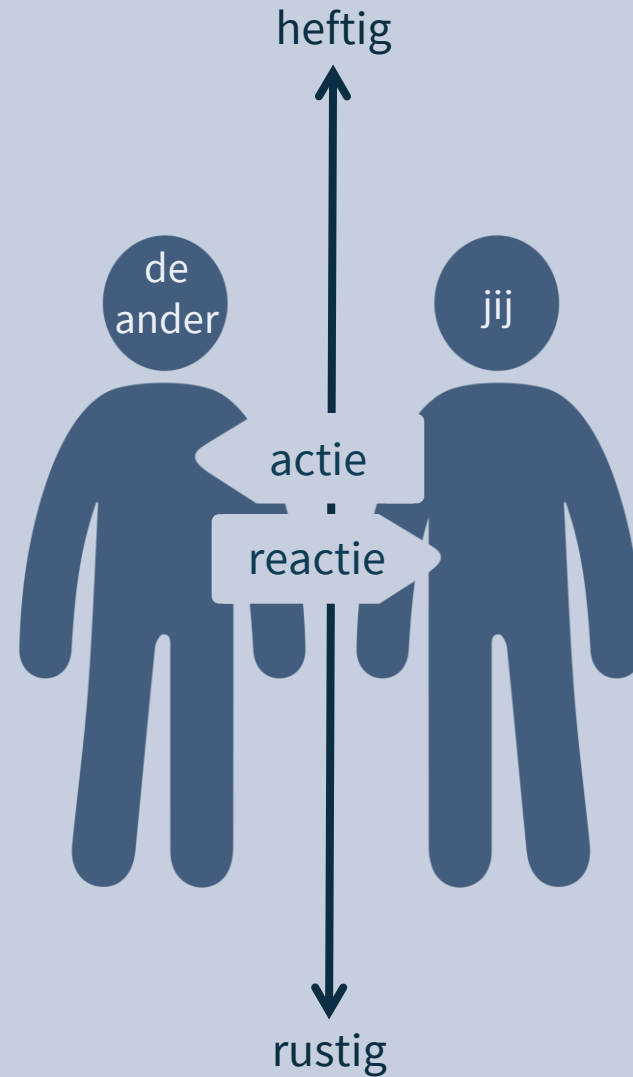




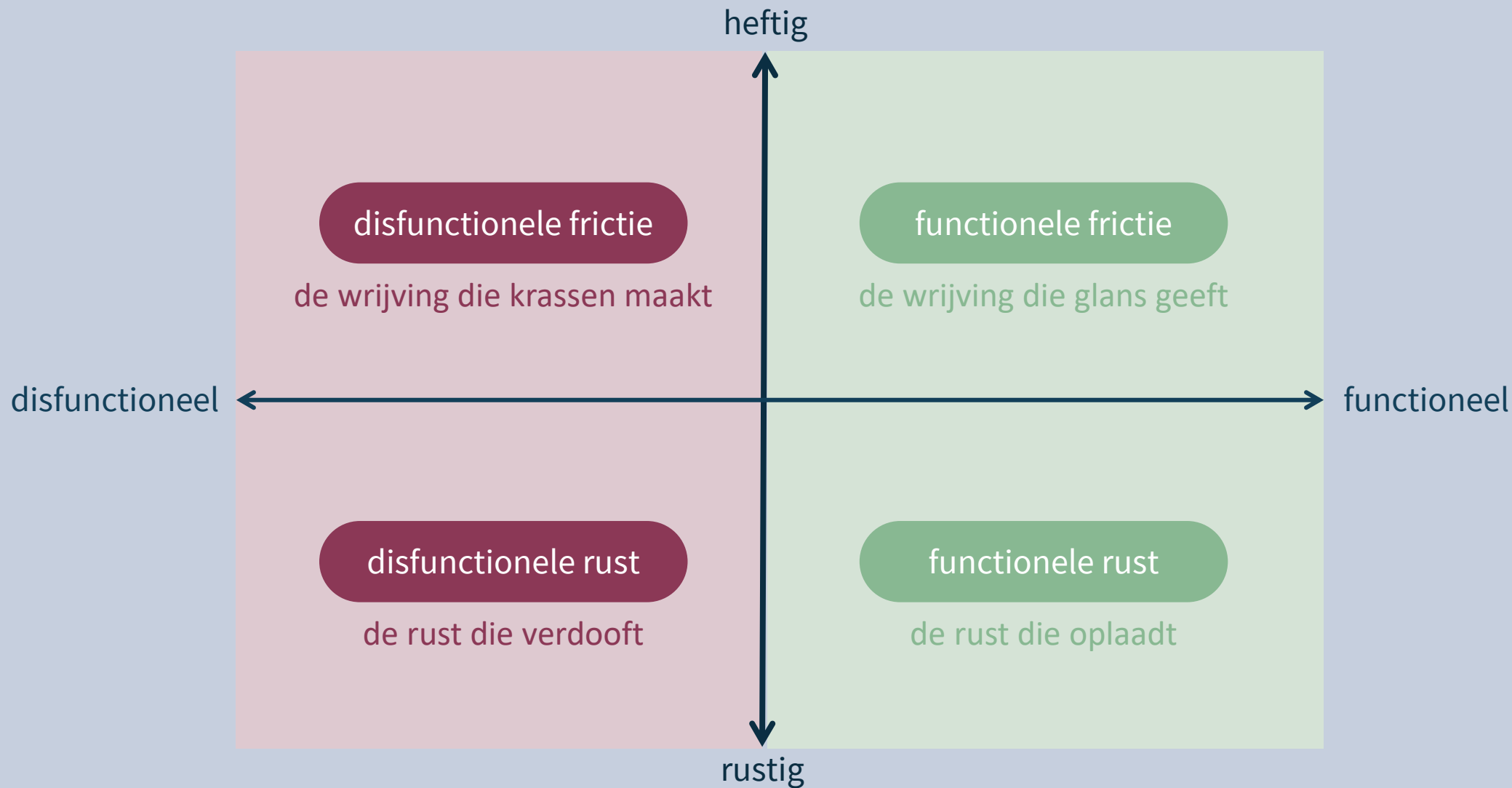
Samen veranderen

Annemarie Mars

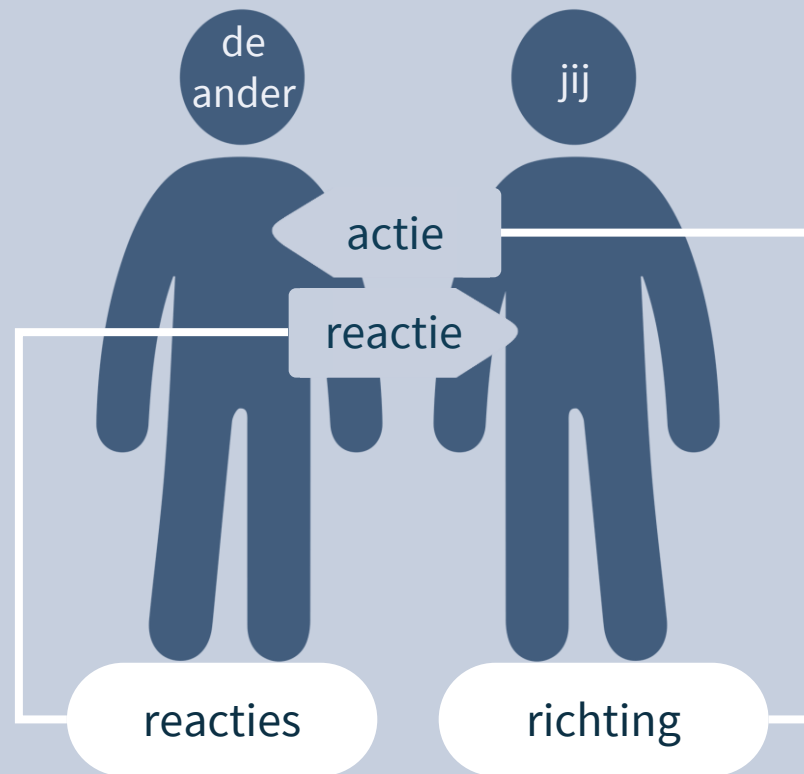
Het gesprek over verandering



Het gesprek over verandering



Het gesprek over verandering



Four budgies are perched on a red wooden perch against a black background. From left to right: a green and yellow budgie with dark green wings; a white and light blue budgie with a blue beak; a blue and yellow budgie with dark blue wings; and a light blue budgie with a yellow beak. A white rounded rectangle is overlaid on the bottom left, containing the word 'reacties' in blue text.

reacties

Gedragsverandering

Ik doe B alleen omdat het moet

Ik doe B omdat ik niet lastig wil zijn

Ik doe B alleen omdat iedereen het doet

straks

leeg gedrag
doen zonder willen

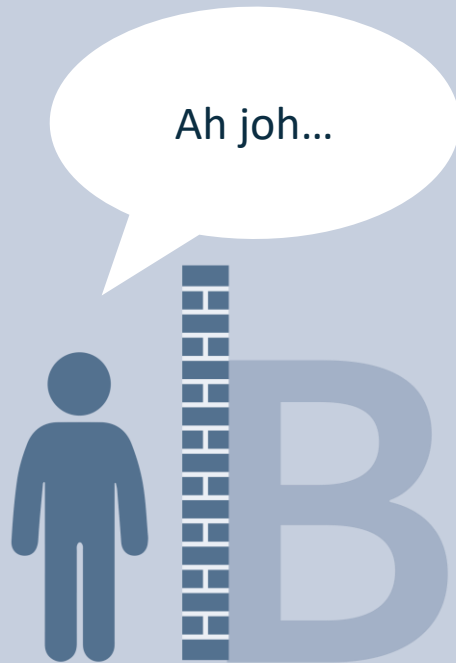
Ik begrijp B

Ik omarm B

straks

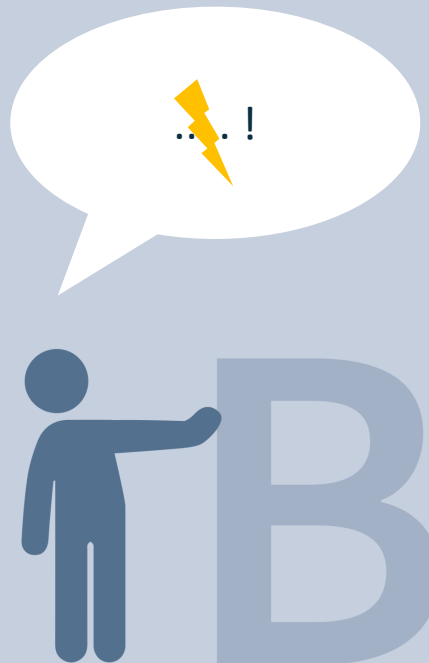
commitment
willen en doen

Reacties op verandering



ontkenning

... het gaat toch goed?
... dat heb ik niet nodig
... dat komt later wel



weerstand

Wie heeft dit bedacht!
Dat wil ik niet!
Dit gaat niet werken!



reflectie

Wat betekent dat voor mij?
Hoe ziet dat er in praktijk uit?
Kun je me helpen?

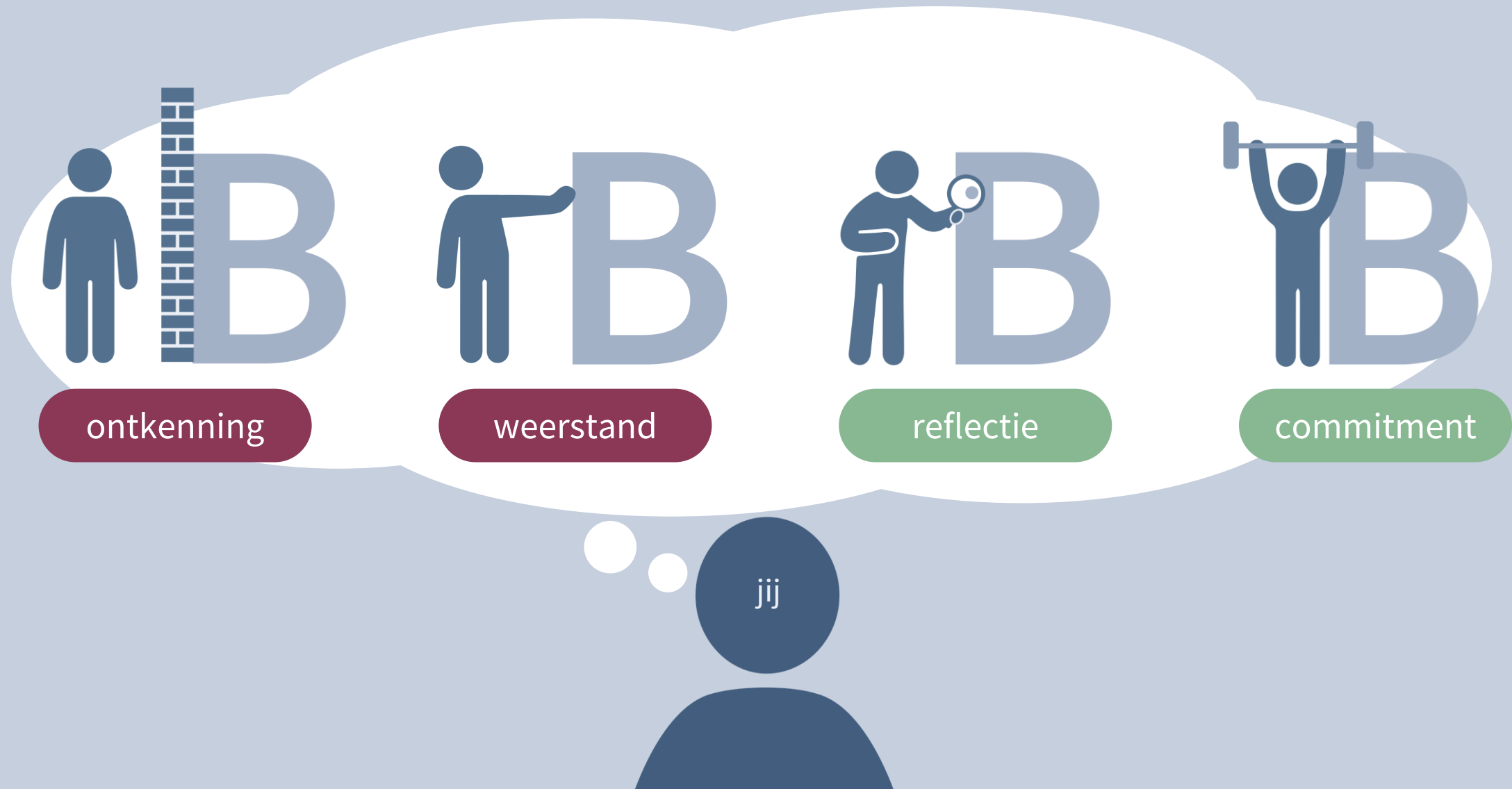


commitment

Afgesproken!
Ik vind het echt belangrijk
Ik ga het oplossen

Reacties op verandering

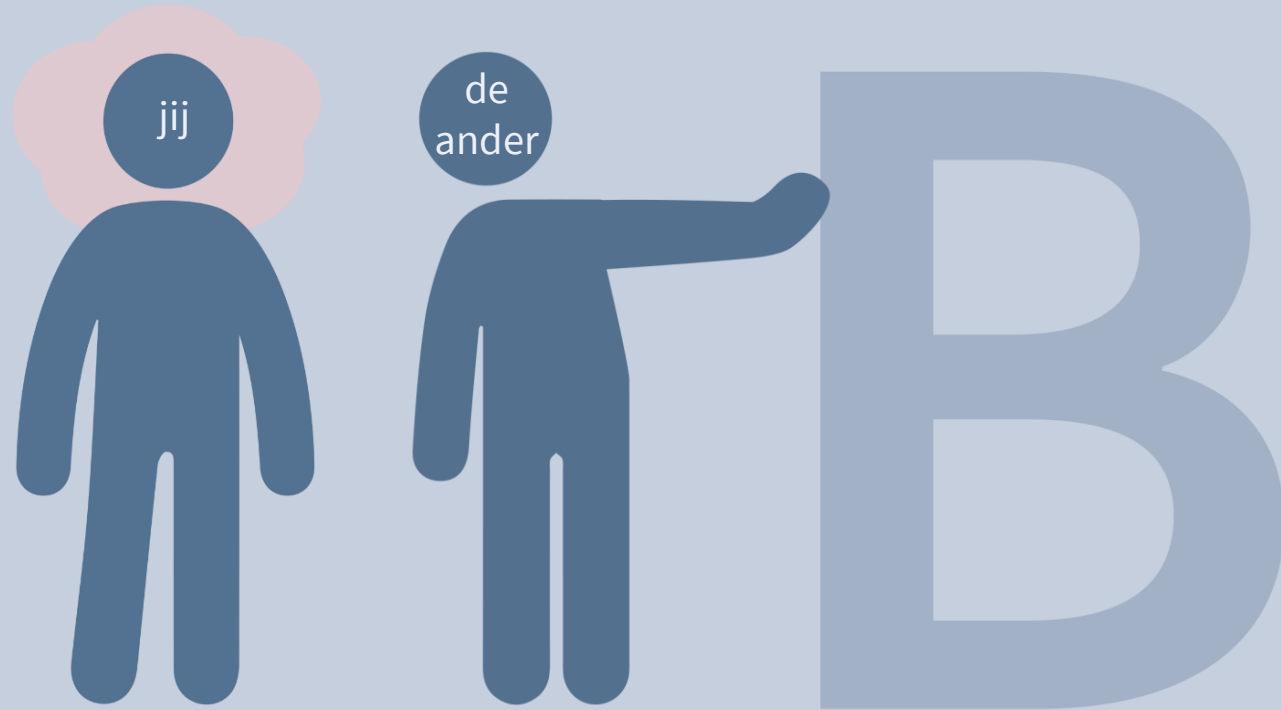
Weerstand voelen tegen weerstand (DF)



Reacties op verandering

Bij weerstand bij voorbaat inbinden (DR)

De warme deken
De lieve vrede
De fluwelen handschoen
De mantel der liefde

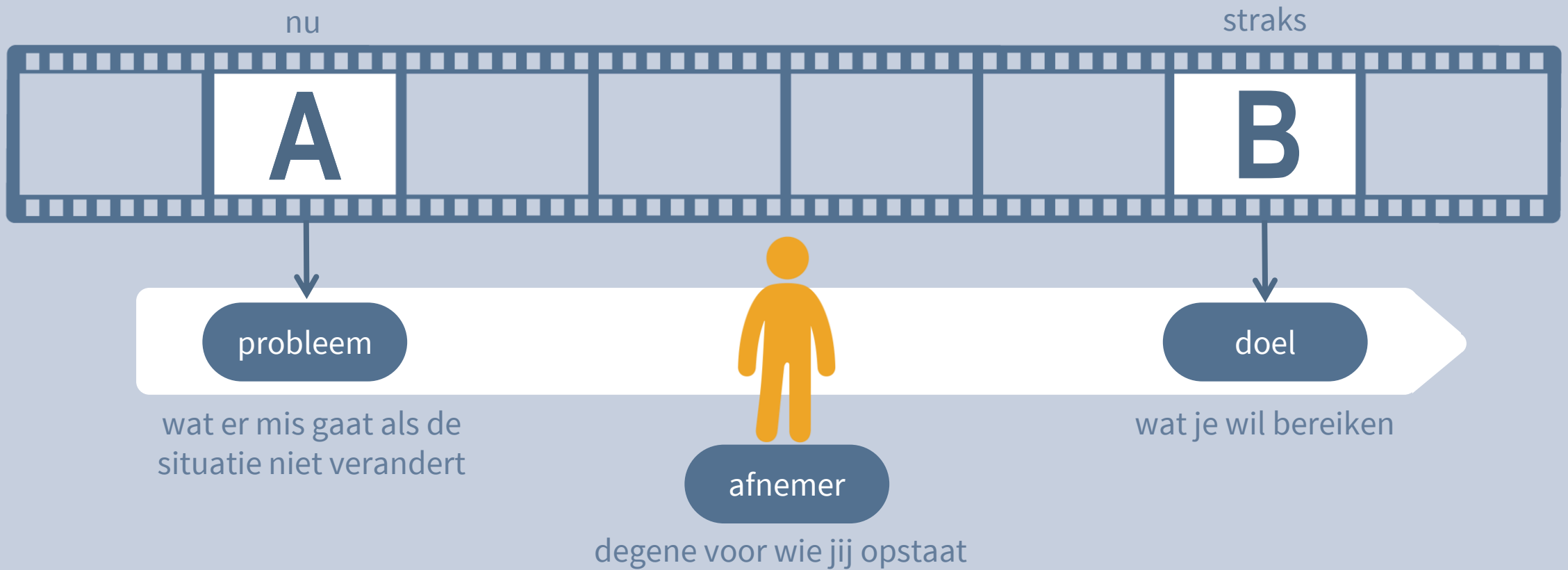




richting

Gevoel voor richting

Delen van je gevoel over de situatie (FF)



Een solide richting

Doelmiddelverwarring (DF)

manieren van werken
en organiseren

middel



Een solide richting

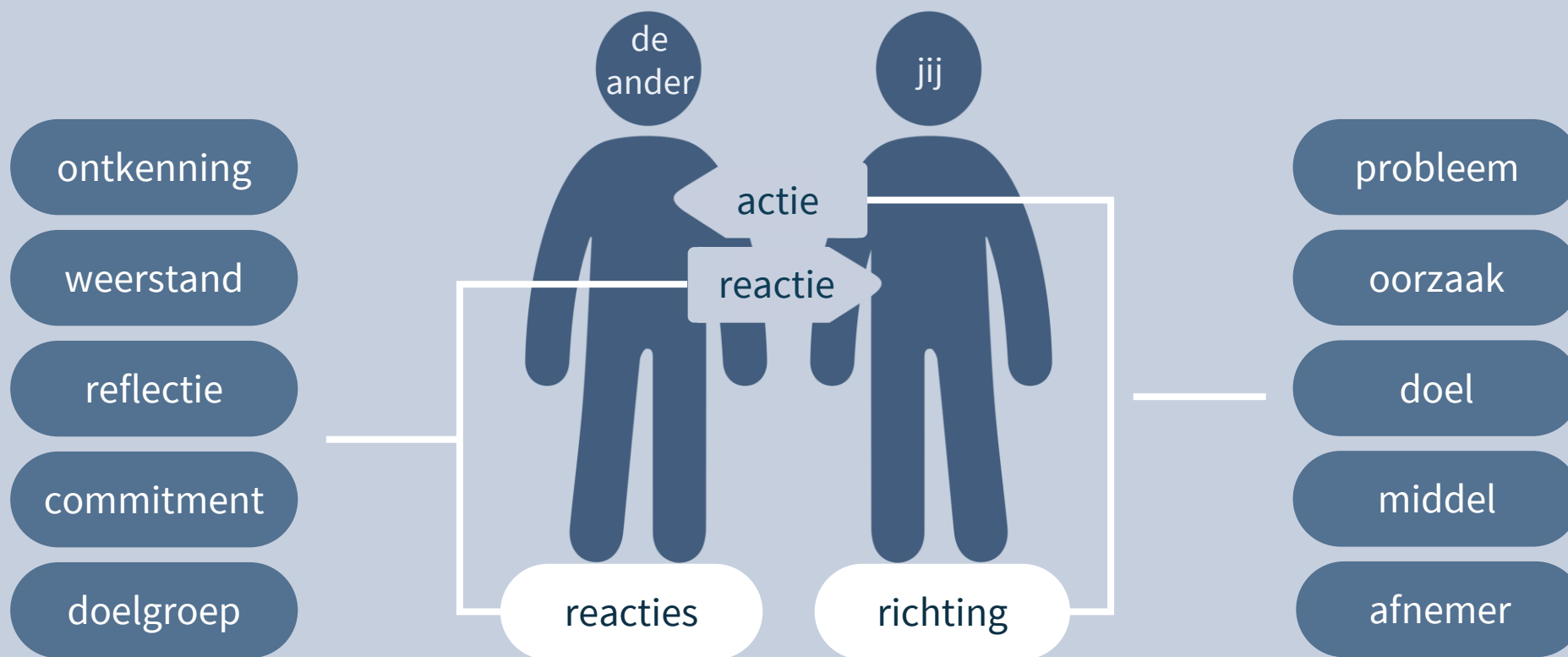
De verandering afpellen tot een solide richting (FF)



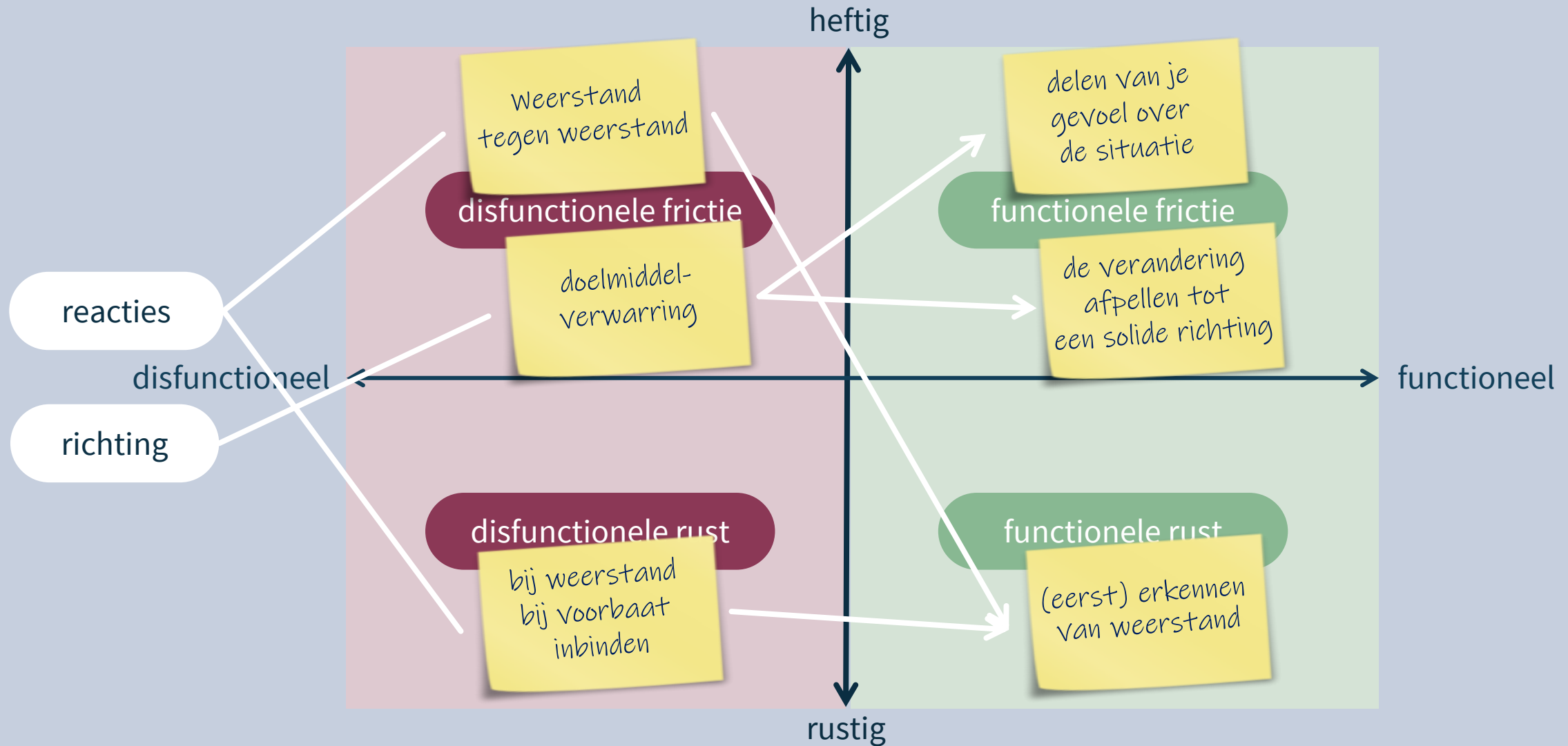


Het gesprek over verandering

Tien woorden om tot de kern van jouw situatie te komen



Het gesprek over verandering





Handouts en leestips