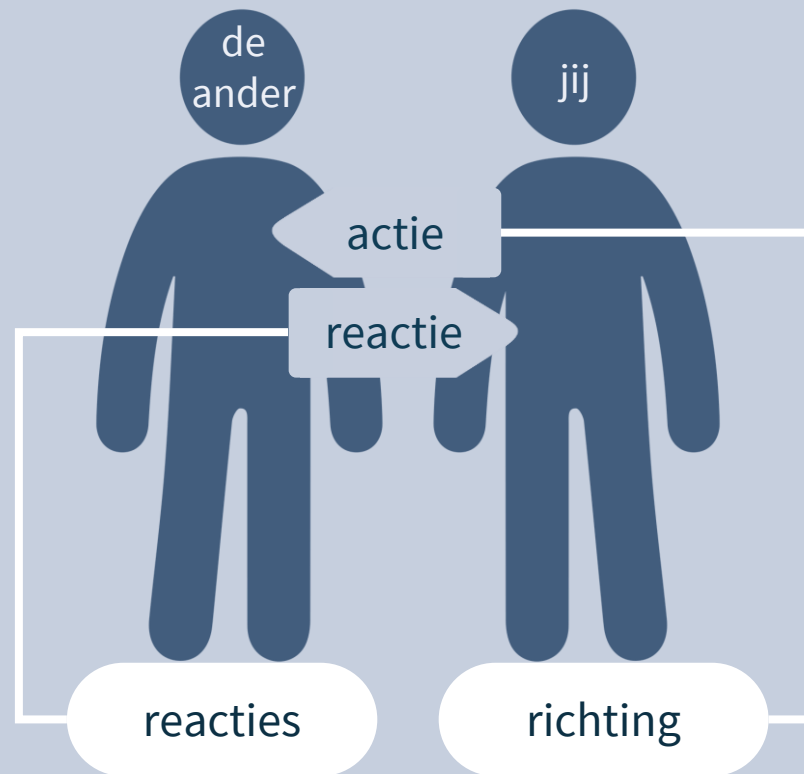


**hoe**  
**krijg je**  
**ze mee?**

Annemarie Mars



# Programma



Four budgies are perched on a red surface 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?



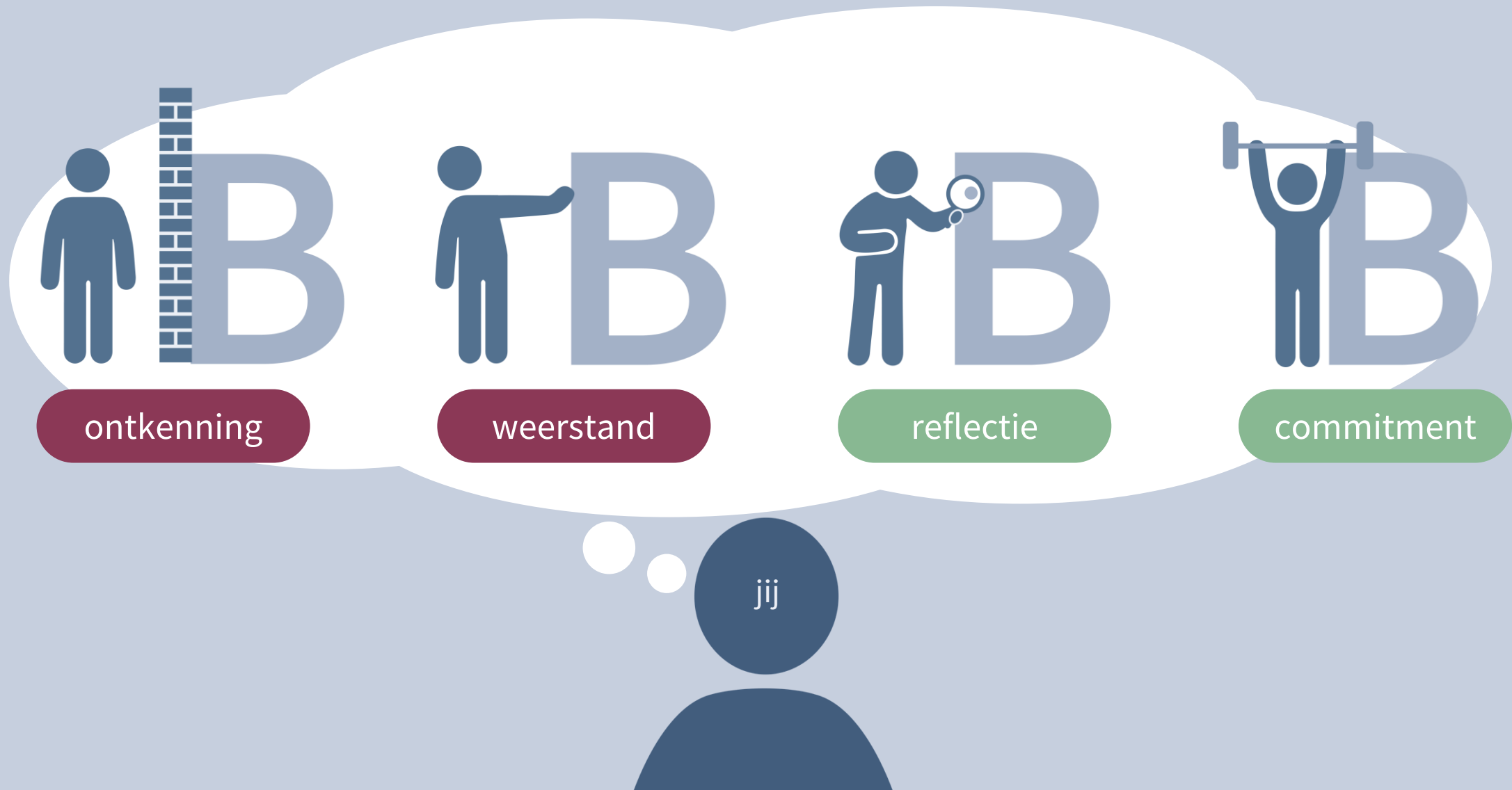
commitment

Afgesproken!  
Ik vind het echt belangrijk  
Ik ga het oplossen



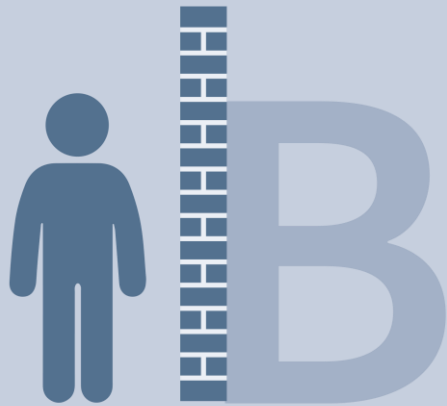
# Reacties op verandering

Valkuil: weerstand tegen weerstand



# Reacties op verandering

Je eerste houvast



ontkenning

stimuleren  
(urgentie-)  
gevoel



weerstand

eerst  
erkennen...



reflectie

aansluiten  
op de  
vraag



commitment

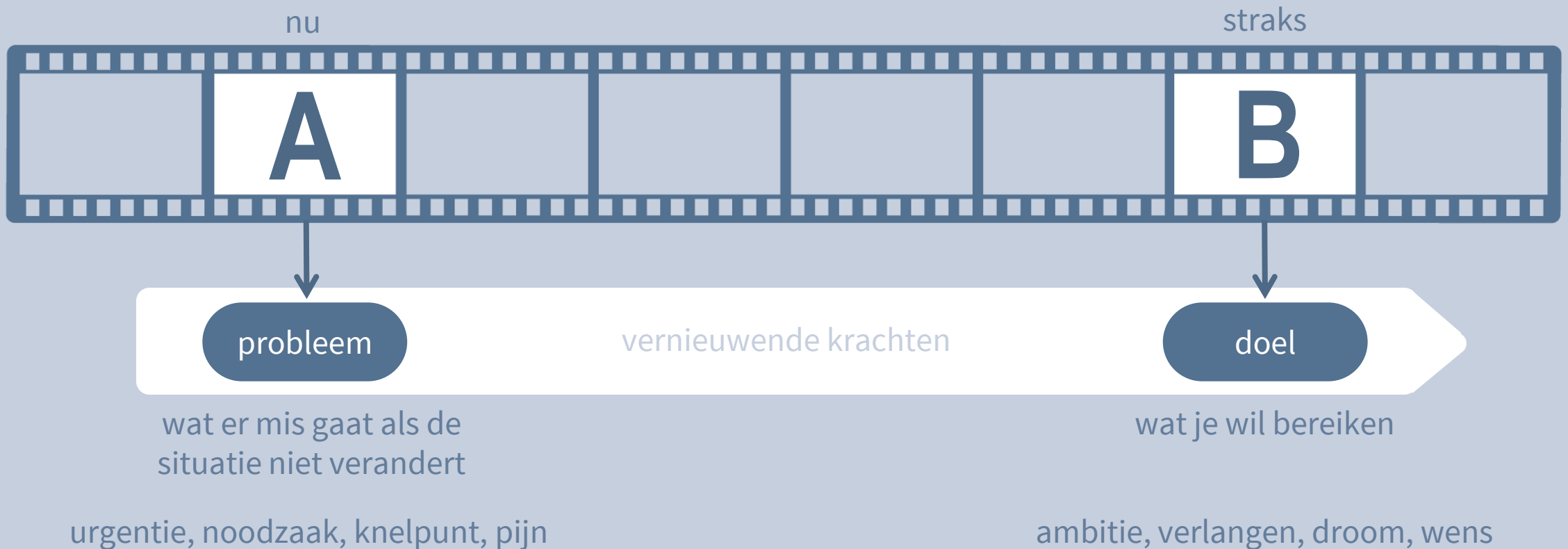
vleugels  
laten  
uitslaan



**richting**



# Gevoel voor richting



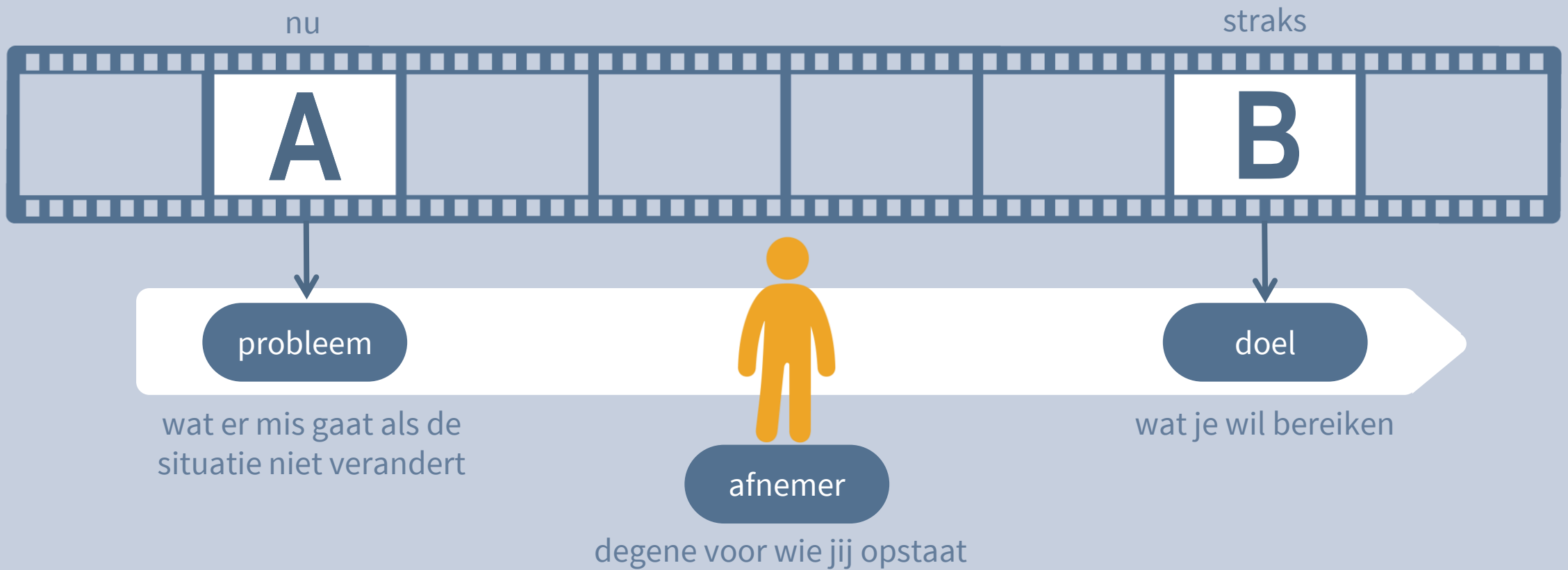
# Gevoel voor richting

Toekomstige urgentie



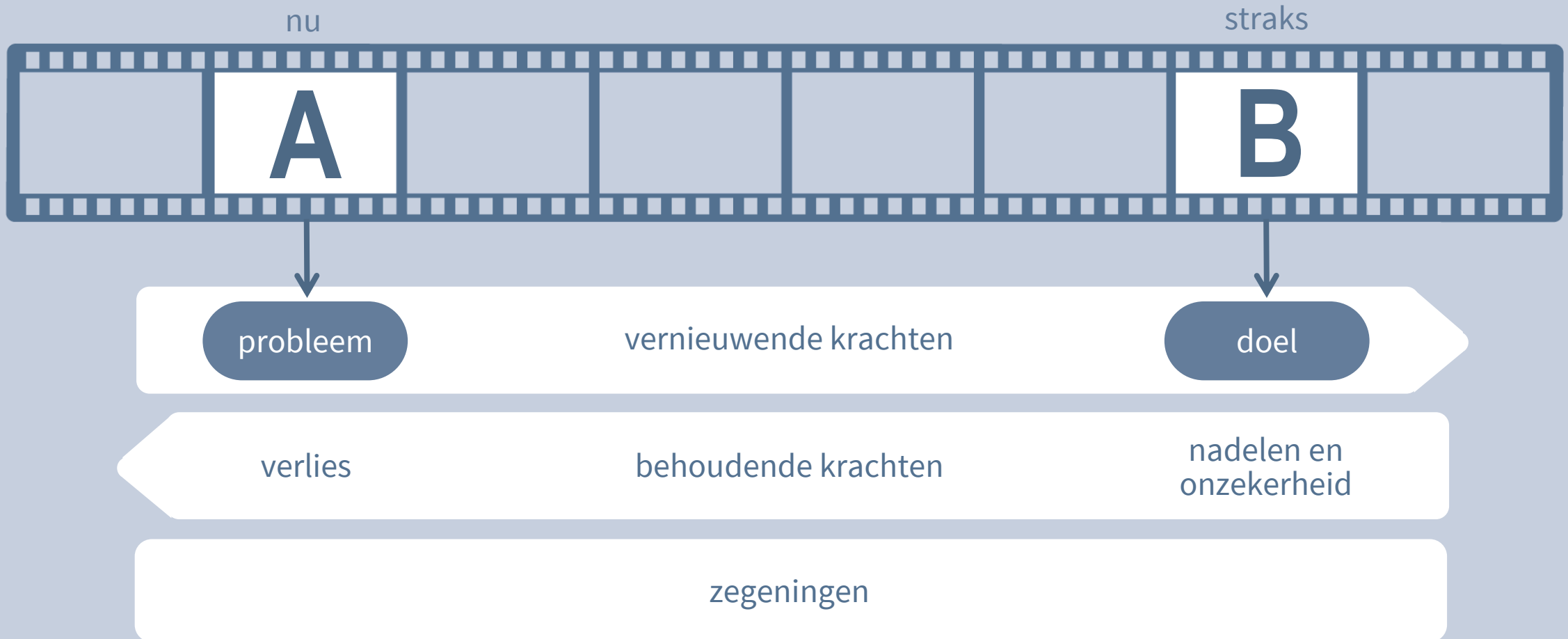
# Gevoel voor richting

De afnemer



# Gevoel voor richting

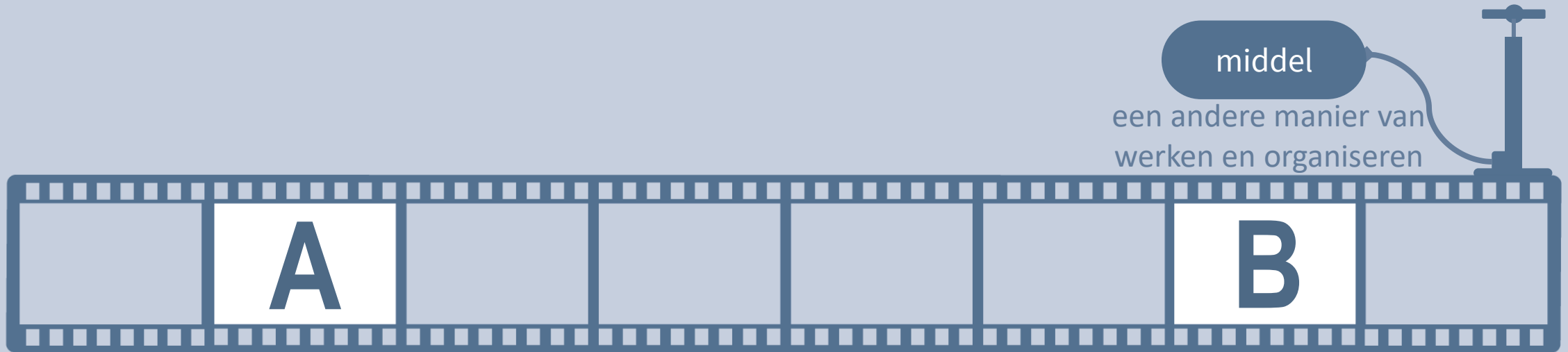
## Behoudende krachten en zegeningen



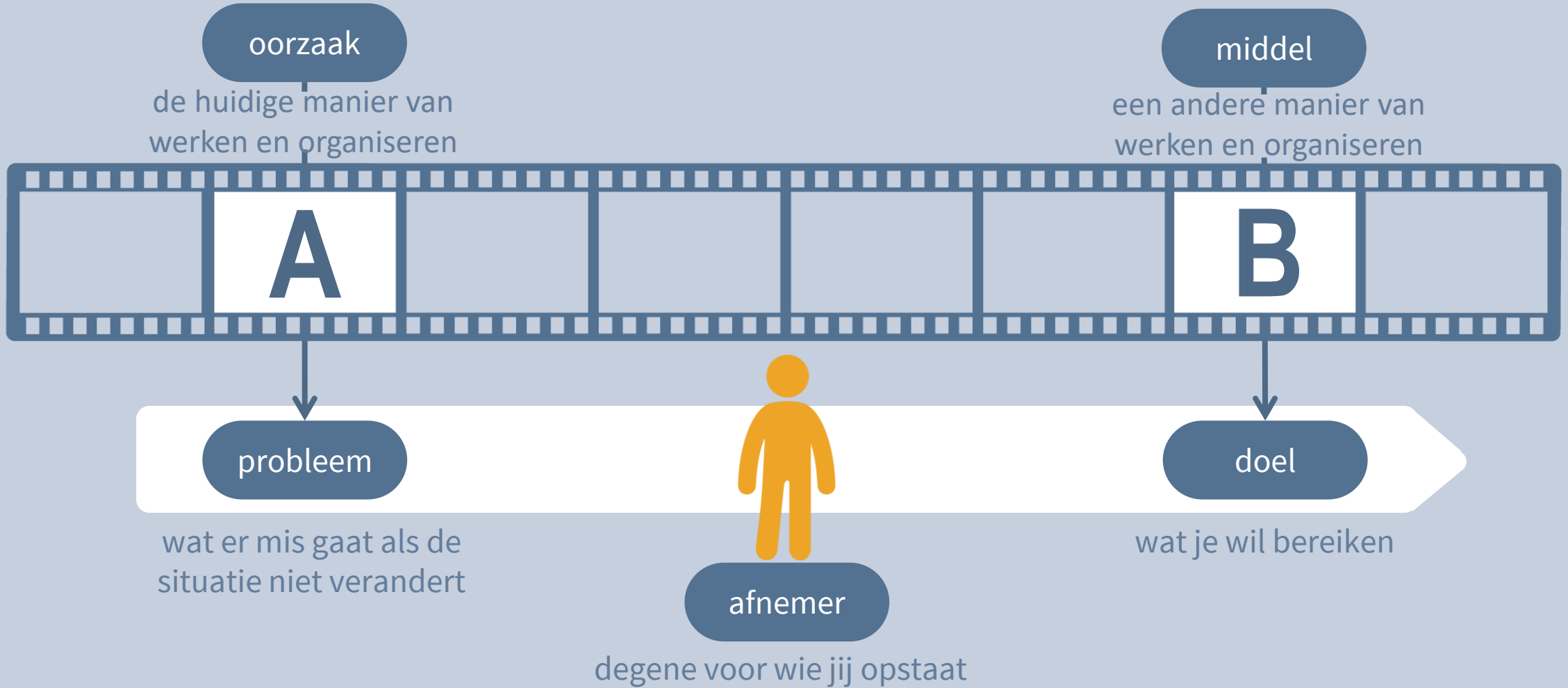


# Een solide gevoel voor richting

Valkuil: doelmiddelverwarring



# Een solide gevoel voor richting



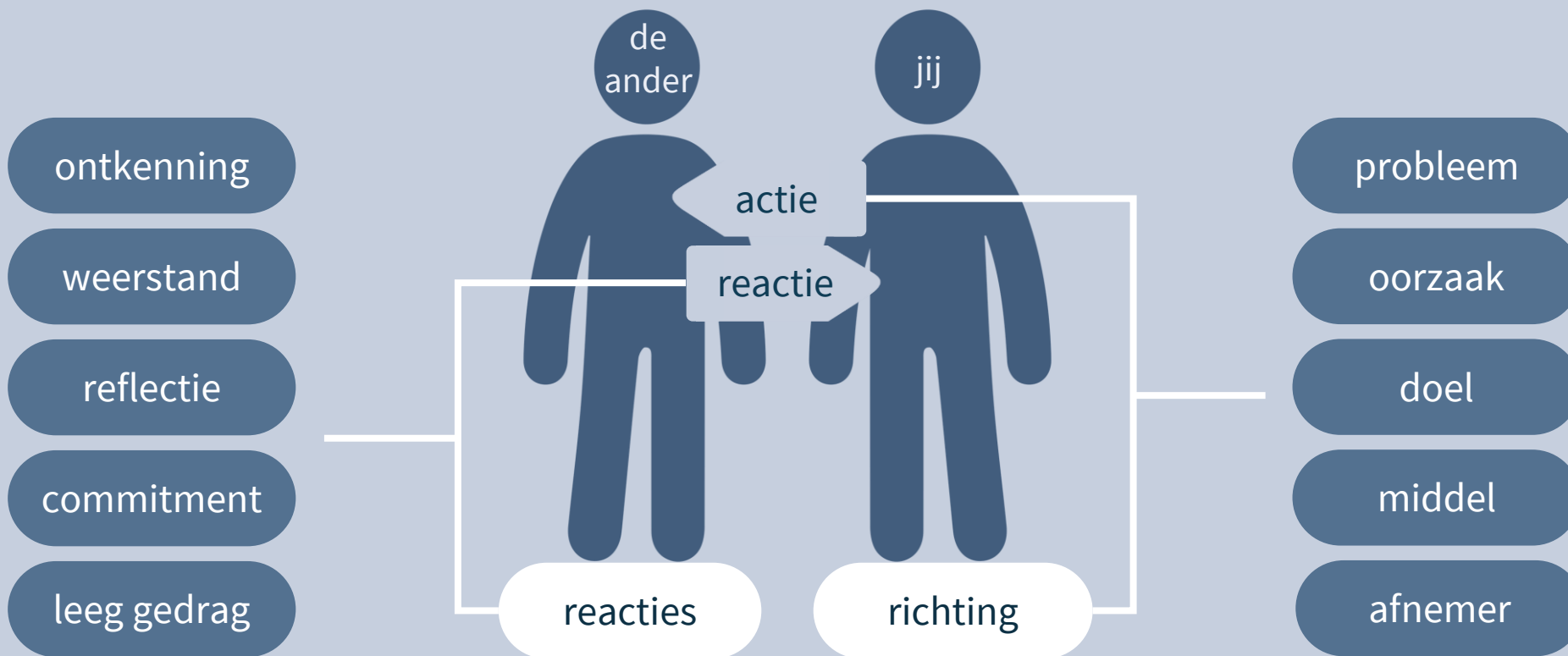






# Het gesprek over verandering

Tien woorden om samen te zoeken





# Handouts en leestips

