



perflectie
Mastering Change

Ontwikkeltraject



Ontwikkeldoel

Ieder mens heeft kwaliteiten en uitdagingen. De vraag is nu wat jij de aankomende periode zelf verder wilt ontwikkelen. Waar sta je nu en wat wil je bereiken? Kies vooral een doel waarvoor je een sterke, eigen motivatie hebt en wat je veel oplevert als je je er verder in ontwikkelt.

Geef jouw ontwikkeltraject een eigen naam

Waar sta je nu?

Geef een cijfer op een schaal van 1 t/m 10

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Waarom geef je jezelf dit cijfer? Wat doe je nu waarom je jezelf dit cijfer geeft?

Wat wil je bereiken?

Geef een cijfer op een schaal van 1 t/m 10

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Hoe zit het eruit als je dit doel hebt gehaald? Wat merk jij? Wat merkt jouw omgeving?



Zichtbaar gedrag

Wij hebben jouw persoonlijk doel opgeknipt in verschillende levels van concreet en waarneembaar gedrag. Bepaal nu voor jezelf welke stappen jij allemaal wilt zetten en in welke volgorde je dit doet.

Je gaat straks namelijk starten met level één en pas als je dit level hebt gehaald, start je met level twee. Dit zorgt voor focus. Schrijf hier je levels op in de volgorde dat je er mee aan de slag gaat.

Welk gedrag ga jij verder ontwikkelen?

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____
- 6 _____
- 7 _____
- 8 _____
- 9 _____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Welke uitdagende momenten verwacht jij?

Als je jezelf ontwikkelt, zijn er altijd momenten dat je extra wordt getest. Dit noemen wij uitdagende momenten. In deze situaties voel je je vaak niet comfortabel en laat je ander gedrag zien dan je graag zou willen. Het helpt om dit/deze moment(en) ook in je agenda te schrijven.

Moment 1

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 2

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 3

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Welke uitdagende momenten verwacht jij?

Als je jezelf ontwikkelt, zijn er altijd momenten dat je extra wordt getest. Dit noemen wij uitdagende momenten. In deze situaties voel je je vaak niet comfortabel en laatje ander gedrag zien dan je graag zou willen. Het helpt om dit/deze moment(en) ook in je agenda te schrijven.

Moment 1

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 2

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 3

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blij veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Welke uitdagende momenten verwacht jij?

Als je jezelf ontwikkelt, zijn er altijd momenten dat je extra wordt getest. Dit noemen wij uitdagende momenten. In deze situaties voel je je vaak niet comfortabel en laatje ander gedrag zien dan je graag zou willen. Het helpt om dit/deze moment(en) ook in je agenda te schrijven.

Moment 1

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 2

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 3

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blij veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____



Naam Level

Beschrijf wat het gedrag is dat je graag zou laten zien

De velden onder deze lijn invullen nadat je level hebt afgerond

Sta even stil bij je ontwikkeldoel

Je hebt de afgelopen paar weken gewerkt aan bovenstaand gedrag. Dit is een goed moment om te bedenken wat je hiermee wilde bereiken en welke voortgang je hebt geboekt.

Naam ontwikkeldoel

Welk cijfer gaf je jezelf de vorige keer?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Welk cijfer geef je jezelf nu?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Waarom geef je jezelf dit cijfer? Wat doe je nu waarom je jezelf dit cijfer geeft?

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Welke uitdagende momenten verwacht jij?

Als je jezelf ontwikkelt, zijn er altijd momenten dat je extra wordt getest. Dit noemen wij uitdagende momenten. In deze situaties voel je je vaak niet comfortabel en laatje ander gedrag zien dan je graag zou willen. Het helpt om dit/deze moment(en) ook in je agenda te schrijven.

Moment 1

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 2

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 3

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Welke uitdagende momenten verwacht jij?

Als je jezelf ontwikkelt, zijn er altijd momenten dat je extra wordt getest. Dit noemen wij uitdagende momenten. In deze situaties voel je je vaak niet comfortabel en laatje ander gedrag zien dan je graag zou willen. Het helpt om dit/deze moment(en) ook in je agenda te schrijven.

Moment 1

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 2

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 3

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Welke uitdagende momenten verwacht jij?

Als je jezelf ontwikkelt, zijn er altijd momenten dat je extra wordt getest. Dit noemen wij uitdagende momenten. In deze situaties voel je je vaak niet comfortabel en laatje ander gedrag zien dan je graag zou willen. Het helpt om dit/deze moment(en) ook in je agenda te schrijven.

Moment 1

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 2

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 3

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____



Naam Level

Beschrijf wat het gedrag is dat je graag zou laten zien

De velden onder deze lijn invullen nadat je level hebt afgerond

Sta even stil bij je ontwikkeldoel

Je hebt de afgelopen paar weken gewerkt aan bovenstaand gedrag. Dit is een goed moment om te bedenken wat je hiermee wilde bereiken en welke voortgang je hebt geboekt.

Naam ontwikkeldoel

Welk cijfer gaf je jezelf de vorige keer?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Welk cijfer geef je jezelf nu?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Waarom geef je jezelf dit cijfer? Wat doe je nu waarom je jezelf dit cijfer geeft?

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Welke uitdagende momenten verwacht jij?

Als je jezelf ontwikkelt, zijn er altijd momenten dat je extra wordt getest. Dit noemen wij uitdagende momenten. In deze situaties voel je je vaak niet comfortabel en laatje ander gedrag zien dan je graag zou willen. Het helpt om dit/deze moment(en) ook in je agenda te schrijven.

Moment 1

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 2

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 3

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blij veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Welke uitdagende momenten verwacht jij?

Als je jezelf ontwikkelt, zijn er altijd momenten dat je extra wordt getest. Dit noemen wij uitdagende momenten. In deze situaties voel je je vaak niet comfortabel en laatje ander gedrag zien dan je graag zou willen. Het helpt om dit/deze moment(en) ook in je agenda te schrijven.

Moment 1

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 2

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 3

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Welke uitdagende momenten verwacht jij?

Als je jezelf ontwikkelt, zijn er altijd momenten dat je extra wordt getest. Dit noemen wij uitdagende momenten. In deze situaties voel je je vaak niet comfortabel en laatje ander gedrag zien dan je graag zou willen. Het helpt om dit/deze moment(en) ook in je agenda te schrijven.

Moment 1

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 2

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Moment 3

Datum & Tijd

Omschrijving

Tip

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Snijd het bovenste deel van deze pagina weg

Hoe ging het vandaag?

Datum _____

- ★☆☆☆☆ Helaas, morgen weer een dag.
- ★★☆☆☆ Redelijk, blijf veel oefenen.
- ★★★☆☆ Prima, je gaat de goede kant op.
- ★★★★☆ Top, je bent goed bezig!
- ★★★★★ Fantastisch, houd dit vast!

Wat ging er goed en wat kon beter? Beschrijf voor jezelf hoe dit kwam, hoe het voor jou voelde en wat het effect was op jouw omgeving.

Feedback van anderen

Naam

Feedback

Naam	Feedback
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____



Naam Level

Beschrijf wat het gedrag is dat je graag zou laten zien

De velden onder deze lijn invullen nadat je level hebt afgerond

Sta even stil bij je ontwikkeldoel

Je hebt de afgelopen paar weken gewerkt aan bovenstaand gedrag. Dit is een goed moment om te bedenken wat je hiermee wilde bereiken en welke voortgang je hebt geboekt.

Naam ontwikkeldoel

Welk cijfer gaf je jezelf de vorige keer?

- 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Welk cijfer geef je jezelf nu?

- 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Waarom geef je jezelf dit cijfer? Wat doe je nu waarom je jezelf dit cijfer geeft?



Eindmeting

Je hebt de afgelopen periode gewerkt aan je ontwikkeldoel. Nu is het tijd om terug te kijken wat je hebt bereikt.

Waar stond je aan het begin?

Naam ontwikkeldoel

Vul hier in welk cijfer je gaf toen je begon met je traject

- 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Waar sta je nu?

Geef een cijfer op een schaal van 1 t/m 10

- 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Beschrijf wat je hebt bereikt en wat je hebt geleerd in de afgelopen periode



Overzicht gedragingen

1. Deel je gevoelens en gedachten
2. Geef complimenten
3. Geef aan hoe de ander op jou overkomt
4. Benoem wat je ziet en vermijd interpretaties
5. Vraag wat de ander van jouw feedback vindt
6. Laat de ander zelf bepalen hoe een taak wordt uitgevoerd
7. Motiveer de ander in zijn werk
8. Spreek de ander op resultaten, afspraken en gedrag
9. Geef duidelijke instructie als je iets overdraagt
10. Geef aan wat het gewenste gedrag is
11. Help de ander bij het uitvoeren van zijn taak
12. Vraag ondersteuning aan de ander
13. Maak contact zonder te praten
14. Ondersteun je boodschap met je lichaam
15. Vermijd twijfelwoorden
16. Gebruik kernwoorden
17. Stem je taalgebruik en spreektempo af op de ander
18. Maak luistergebaren en geluiden
19. Spiegel de houding van de ander
20. Maak oogcontact
21. Laat de ander uitpraten
22. Vat samen wat de ander zegt
23. Benoem de emoties van de ander
24. Stel open vragen
25. Blijf rustig
26. Toon respect
27. Vraag naar de ideeën van de ander en bouw hierop voort
28. Ondersteun de ander en denk met hem mee
29. Benadruk het gezamenlijke doel en de resultaten
30. Vraag feedback aan de ander
31. Zorg voor een positieve sfeer
32. Kom je afspraken na
33. Gebruik voorbeelden
34. Trek de aandacht
35. Benader zaken vanuit een nieuw perspectief
36. Toon interesse in hoe dingen werken
37. Stel prikkelende vragen
38. Probeer nieuwe dingen uit
39. Leg verbanden
40. Benoem kansen
41. Praat in termen van oplossingen
42. Maak meningsverschillen tijdig bespreekbaar
43. Houd rekening met de ander
44. Neem een besluit zodra het mogelijk is
45. Koppel direct acties aan een besluit
46. Betrek de juiste personen
47. Communiceer gemaakte besluiten
48. Vraag de ander een besluit te nemen
49. Benader de ander proactief
50. Verbind mensen die iets voor elkaar kunnen betekenen
51. Leg uit waarom je iets aan de ander delegeert
52. Kom op voor je eigen belang, meningen en ideeën
53. Bepaal zelf hoe je een taak uitvoert
54. Gebruik positieve taal
55. Geef je grenzen aan
56. Maak duidelijke afspraken
57. Denk vooruit en handel
58. Stel prioriteiten
59. Blijf communiceren
60. Neem tijd voor ontspanning
61. Vertel verhalen
62. Stimuleer de ander om zijn talenten in te zetten
63. Leg uit hoe het werk bijdraagt aan een hoger doel
64. Toon enthousiasme
65. Vermijd praten in termen van "wij vs. zij"
66. Spreek positief over de organisatie
67. Bepaal waarover wordt gesproken
68. Pak uit jezelf dingen op
69. Reageer positief als dingen anders gaan dan gewenst
70. Benut kansen
71. Houd je plan actueel
72. Stel ambitieuze doelen
73. Houd de voortgang bij en deel deze
74. Benoem en vier successen
75. Achterhaal de behoeften van de ander
76. Geef aan wat de ander kan verwachten
77. Toon voorbeeldgedrag
78. Toon interesse in de ontwikkelingen om je heen
79. Toon interesse in de ander
80. Toon begrip
81. Handel in lijn met gemaakte besluiten
82. Los problemen op



Overzicht gedragingen per competentie

Overtuigingskracht

- Deel je gevoelens en gedachten
- Stem je taalgebruik en spreektempo af op de ander
- Gebruik kernwoorden
- Vermijd twijfelwoorden
- Maak contact zonder te praten
- Ondersteun je boodschap met je lichaam
- Gebruik voorbeelden
- Trek de aandacht
- Gebruik positieve taal

Inspireren

- Vermijd praten in termen van “wij vs. zij”
- Benadruk het gezamenlijke doel en de resultaten
- Kom je afspraken na
- Toon voorbeeld gedrag
- Handel in lijn met de gemaakte besluiten
- Spreek de ander aan op resultaten, afspraken en gedrag
- Spreek positief over de organisatie
- Toon respect

Inlevingsvermogen

- Ondersteun de ander en denk met hem mee
- Vraag feedback aan de ander
- Stem je taalgebruik en spreektempo af op de ander
- Maak contact zonder te praten
- Laat de ander uitpraten
- Stel open vragen
- Maak meningsverschillen tijdig bespreekbaar
- Benoem de emoties van de ander
- Toon interesse in de ander
- Houd rekening met de ander

Plannen en organiseren

- Laat de ander zelf bepalen hoe hij de taak uitvoert
- Maak duidelijke afspraken
- Koppel direct acties aan een gemaakt besluit
- Betrek de juiste personen
- Denk vooruit en handel
- Stel prioriteiten
- Houd de voortgang bij en deel deze
- Houd je plan actueel
- Vat samen wat de ander zegt

Samenwerking verbeteren

- Vraag naar de ideeën van de ander en bouw hierop voort
- Deel je gevoelens en gedachten
- Ondersteun de ander en denk met hem mee
- Vraag ondersteuning aan de ander
- Benadruk het gezamenlijke doel en de resultaten
- Geef complimenten
- Spreek de ander aan op resultaten, afspraken en gedrag
- Vraag feedback aan de ander
- Zorg voor een positieve sfeer
- Kom je afspraken na
- Benoem en vier successen

Initiatief

- Probeer nieuwe dingen uit
- Pak uit jezelf dingen op
- Bepaal zelf hoe je een taak uitvoert
- Denk vooruit en handel
- Benader de ander proactief
- Benut kansen
- Bepaal waarover wordt gesproken
- Praat in termen van oplossingen
- Vraag ondersteuning aan de ander

Actief luisteren

- Vat samen wat de ander zegt
- Benoem de emoties van de ander
- Maak luistergeluiden en gebaren
- Maak oogcontact
- Laat de ander uitpraten
- Toon begrip
- Stel open vragen
- Spiegel de houding van de ander

Relatiemanagement

- Vraag naar de ideeën van de ander en bouw hierop voort
- Ondersteun de ander en denk met hem mee
- Geef complimenten
- Kom je afspraken na
- Laat de ander uitpraten
- Stel open vragen
- Toon interesse in de ander
- Benader de ander proactief
- Verbind mensen die iets voor elkaar kunnen betekenen
- Toon respect
- Achterhaal de behoeften van de ander

Ambassadeurschap

- Geef complimenten
- Toon respect
- Deel je gevoelens en gedachten
- Vertel verhalen
- Gebruik kernwoorden
- Stimuleer de ander om zijn talenten in te zetten
- Betrek de juiste personen
- Leg uit hoe het werk bijdraagt aan een hoger doel
- Motiveer de ander in zijn werk
- Benader zaken vanuit een nieuw perspectief
- Benoem en vier successen
- Toon enthousiasme



Overzicht gedragingen per competentie

Flexibiliteit

- Stem je taalgebruik en spreektempo af op de ander
- Laat de ander zelf bepalen hoe hij de taak uitvoert
- Benader zaken vanuit een nieuw perspectief
- Probeer nieuwe dingen uit
- Praat in termen van oplossingen
- Reageer positief als dingen anders gaan dan gewenst
- Benut kansen
- Houd je plan actueel

Resultaatgerichtheid

- Kom je afspraken na
- Spreek de ander aan op resultaten, afspraken en gedrag
- Maak duidelijke afspraken
- Denk vooruit en handel
- Benadruk het gezamenlijke doel en de resultaten
- Vraag ondersteuning aan de ander
- Praat in termen van oplossingen
- Stel prioriteiten
- Benoem en vier successen
- Houd de voortgang bij en deel deze

Feedback geven

- Deel je gevoelens en gedachten
- Geef complimenten
- Spreek de ander aan op resultaten, afspraken en gedrag
- Laat de ander uitpraten
- Vraag wat de ander van jouw feedback vindt
- Benoem wat je ziet en vermijdt daarbij interpretaties
- Geef aan hoe de ander op jou overkomt
- Geef aan wat het gewenste gedrag is

Klantgerichtheid

- Stel open vragen
- Achterhaal de behoeften van de ander
- Maak duidelijke afspraken
- Praat in termen van oplossingen
- Los problemen op
- Kom je afspraken na
- Geef aan wat de ander kan verwachten
- Vat samen wat de ander zegt
- Toon begrip

Politiek gevoel

- Benadruk het gezamenlijke doel en de resultaten
- Benoem wat je ziet en vermijdt daarbij interpretaties
- Houd rekening met de ander
- Betrek de juiste personen
- Vraag naar de ideeën van de ander en bouw hierop voort
- Toon voorbeeldgedrag
- Vraag feedback aan de ander
- Toon respect
- Vermijd praten in termen van "wij vs. Zij"
- Zorg voor een positieve sfeer
- Communiceer gemaakte besluiten
- Vraag de ander een besluit te nemen

Besluitvaardigheid

- Gebruik kernwoorden
- Vermijd twijfelwoorden
- Maak duidelijke afspraken
- Neem een besluit zodra het mogelijk is
- Koppel direct acties aan een gemaakt besluit
- Betrek de juiste personen
- Communiceer gemaakte besluiten
- Vraag de ander een besluit te nemen

Onafhankelijk

- Deel je gevoelens en gedachten
- Kom op voor je eigen belang, meningen en ideeën
- Bepaal zelf hoe je een taak uitvoert
- Probeer nieuwe dingen uit
- Vraag feedback aan de ander
- Vermijd twijfelwoorden
- Bepaal waarover wordt gesproken
- Stel prikkelende vragen
- Geef aan hoe de ander op je overkomt
- Gebruik positieve taal

Stressbestendigheid

- Vraag ondersteuning aan de ander
- Maak duidelijke afspraken
- Geef je grenzen aan
- Blijf rustig
- Denk vooruit en handel
- Stel prioriteiten
- Blijf communiceren
- Neem tijd voor ontspanning

Delegeren

- Vraag ondersteuning aan de ander
- Spreek de ander aan op resultaten, afspraken en gedrag
- Geef aan wat het gewenste gedrag
- Motiveer de ander in zijn werk
- Laat de ander zelf bepalen hoe een taak wordt uitgevoerd
- Maak duidelijke afspraken
- Leg uit waarom je iets aan de ander delegeert
- Help de ander bij het uitvoeren van zijn taak
- Stimuleer de ander om zijn talenten in te zetten

Creativiteit

- Vraag naar de ideeën van de ander en bouw hierop voort
- Benader zaken vanuit een nieuw perspectief
- Toon interesse in hoe dingen werken
- Stel prikkelende vragen
- Probeer nieuwe dingen uit
- Leg verbanden
- Benoem kansen

Persoonlijk leiderschap

- Stel eigen module samen