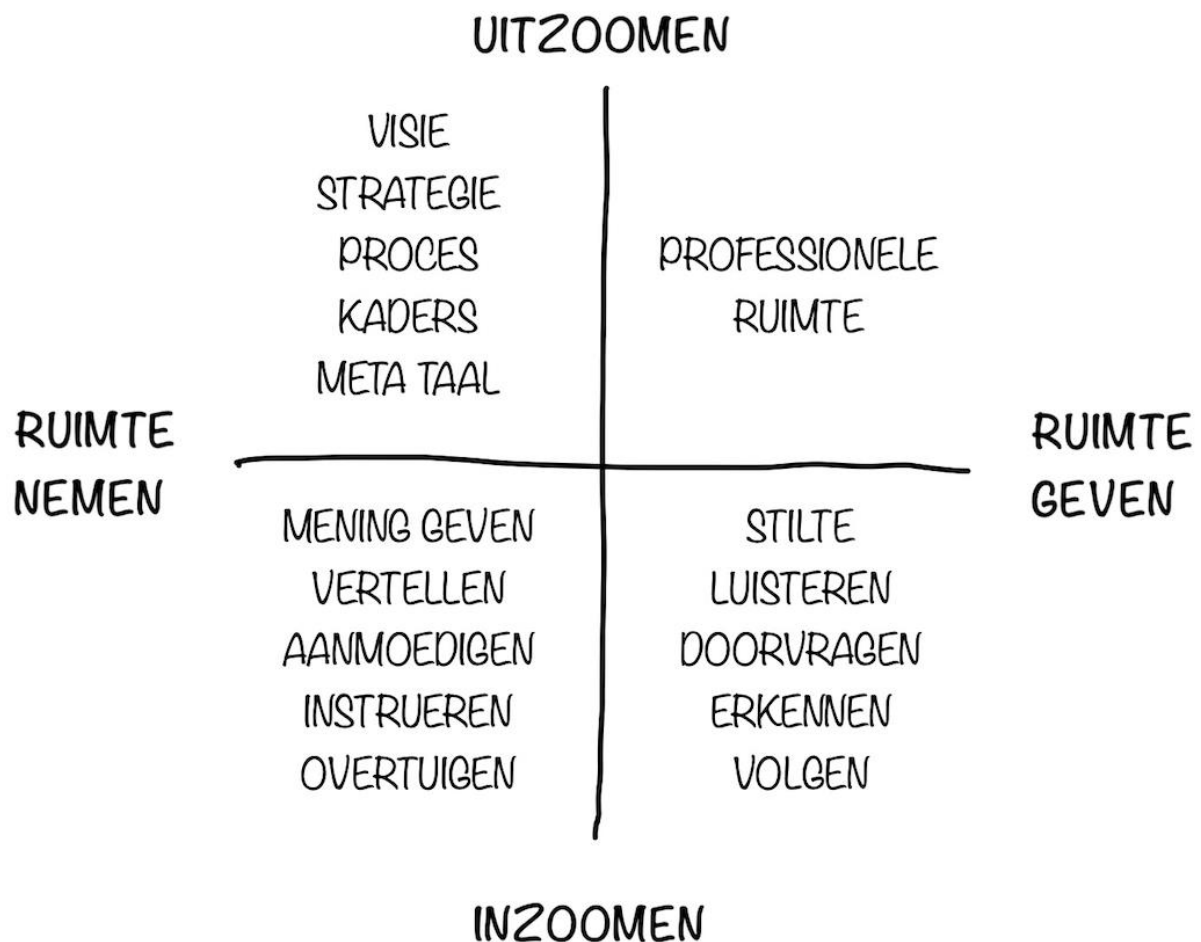


Reflectie op positie en perspectief

Ontdek patronen in jouw gesprekken en binnen jullie organisatie. Pas jouw gedrag aan, wees flexibel in je stijl en beweeg bewust tussen de kwadranten om samen de professionele ruimte te creëren. Wees leider in de ruimte.



Toelichting

Het doel van het kwadrant is inzichten te krijgen in (beperkende) patronen en wat er nodig is om lucht (mentale ruimte) in je organisatie te krijgen. Hoe geef je collega's de professionele ruimte voor zelfstandigheid en oplossingsgericht gedrag? Hoe creëer je betrokkenheid, volwassenheid en besluitvaardigheid?

Het centrum van het kwadrant is 'dit moment in de context' (NU).

Er is geen optimum en het midden is een subjectieve waarneming. Met dit kwadrant reflecteer je op je eigen gedrag en kun je inschatten waarom de ander hierop zo reageert en vice versa. Patronen worden herkenbaar en het geeft je de mogelijkheid om jezelf te 'toetsen' waar je in specifieke situaties meer en minder aandacht aan kunt geven.

Ruimte Nemen (RN) doe je:

Mentaal: door eigen belang en doelen voorrang te geven, vasthouden aan je eigen mening, gesloten en fixed mindset, te snel willen gaan

Verbaal: het woord te nemen, zenden, je mening uitspreken (Jouw kant van de strandbal staat centraal) (ver)oordelen en eigen belang voorop.

Non-verbaal: voorover leunen, toon en volume, mimiek

Ruimte geven (RG) doe je:

Mentaal: door andermans gedrag te accepteren, volgen, nieuwsgierig te zijn, te luisteren en rust te hebben, eigen doelen en belangen tijdelijk parkeren. Andere kant van de strandbal staat centraal, vertragen

Verbaal: doorvragen OEN, door te vragen naar de intenties, gevoelens en belangen van de ander.

Non verbaal: ontspannen mimiek en houding (lui), achterover leunen, nieuwsgierig en open

Uitzoomen:

Afstand nemen, reflecteren, er boven hangen, proces aandacht geven en benoemen, afstemmen van verwachtingen, checken en samenvatten, kaders aangeven, langere termijn doelen, normen en waarden

Inzoomen:

Het gespreksonderwerp, de inhoud van het gesprek, operationele of persoonlijke onderwerpen, verdieping en verduidelijking, aandacht voor elkaar

Beweging tussen de kwadranten

Er is geen goed of fout. Wel zal jouw gedrag het gedrag of de situatie in stand houden als het een onbewust patroon geworden is. Onderzoek je patronen.

5 tips

1. Onderzoek wat jouw voorkeursstijl tijdens lastige situaties is m.b.v. het kwadrant; dit geeft vaak direct helderheid over de reactie van de ander.
2. Check of de ander iets anders nodig heeft: meer ruimte, meer richting, meer kaders of bijvoorbeeld meer uitleg.
3. Verplaats je in de context: Wat vraagt dit moment? Een andere positie (ruimte nemen - geven)? Of een ander perspectief (uitzoomen - inzoomen)?
4. Doorbreek patronen door één kleine verandering, bijvoorbeeld van één vraag stellen naar doorvragen. Of van nog méér vertellen naar je intentie toelichten.
5. Observeer het gedrag van de ander; het is een spiegel die meer over jou zegt dan over de ander.