



VAN DROMEN NAAR DOEN

Over leiderschap en verandering

Dr. Ben Tiggelaar - Dag van de mkb-accountant 2019 - 12 december, 2019

SHANE LOPEZ



"Hoop is de overtuiging dat de toekomst beter zal zijn dan het heden én dat jij het vermogen hebt om dat voor elkaar te krijgen."

1.

WAAR GA JE ÉCHT VOOR?

De '**hogere**' stuff



De '**ik**' stuff



De '**wij**' stuff



De 'ik' stuff



STERKE PUNTEN

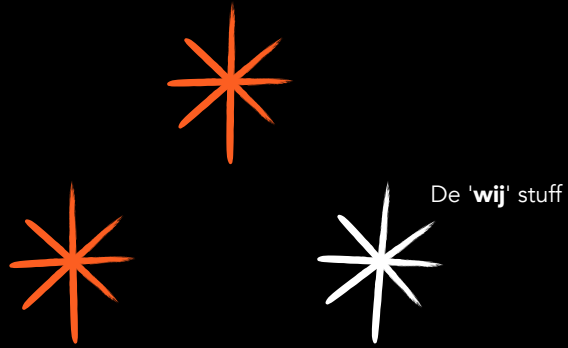
BEN TIGGELAAR

STERKE PUNTEN

– Waar ben je goed in EN wat geeft je energie?

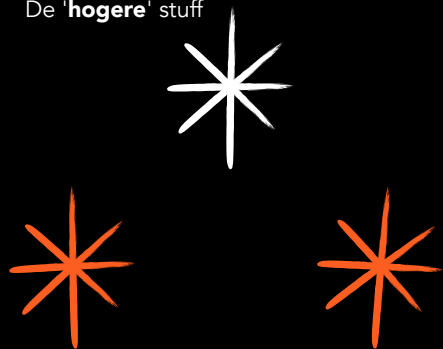
- *Goed in / Energie: meer doen*
- *Nog niet goed in / Energie: ontwikkelen*
- *Goed in / Geen energie: matigen*
- *Niet goed in / Geen energie: minimaliseren*

– **HOE?** *Stoppen - Ruilen - Herontwerpen - Rouleren - Vrijwillig*



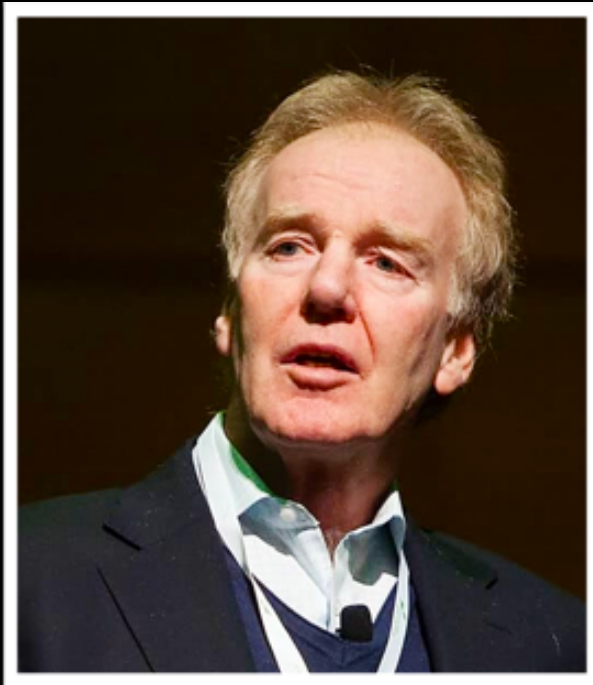
WAARDERING

De 'hogere' stuff



'A HIGHER LOVE'

BEN TIGGELAAR



PETER SENGE

"Krab aan het vernislaagje van de meeste cynici en je ontdekt een gefrustreerde idealist.

Iemand die de fout maakte om zijn idealen te verwarren met verwachtingen."

EN DAN?

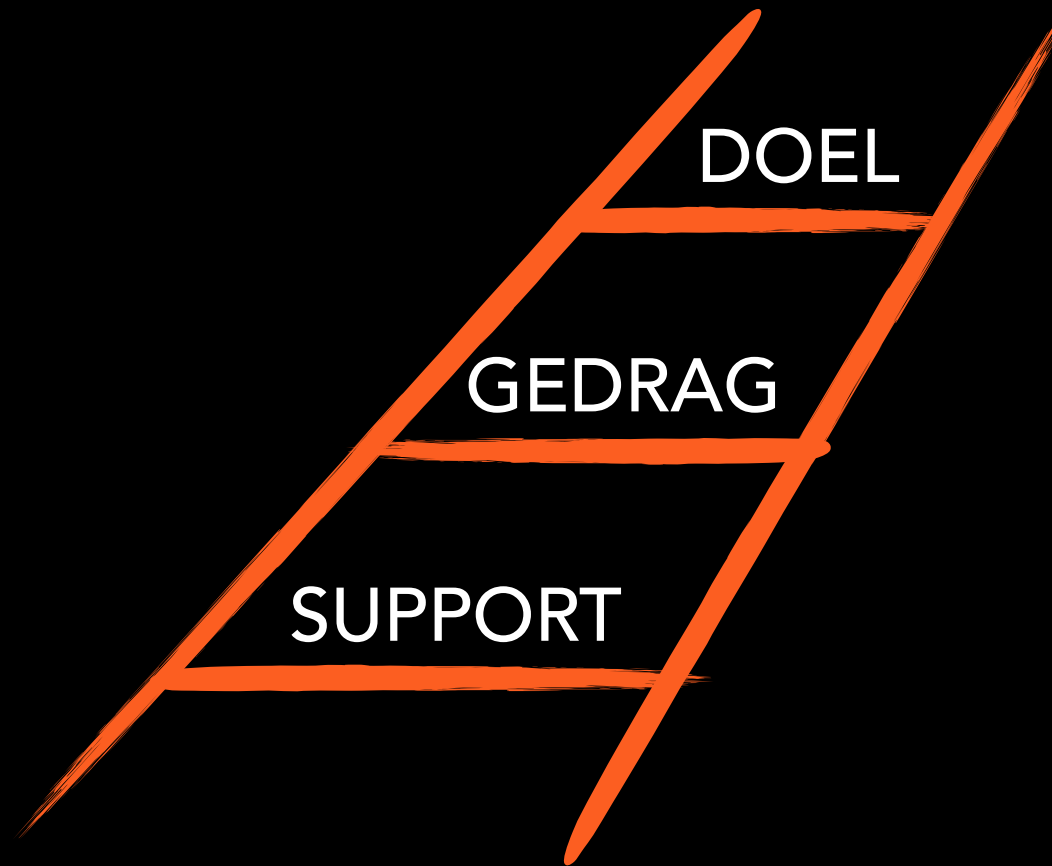
SCOOR JE MOGELIJKHEDEN...

	STERKE PUNTEN	WAARDERING	HOGER DOEL
OPTIE 1			
OPTIE 2			
OPTIE 3			

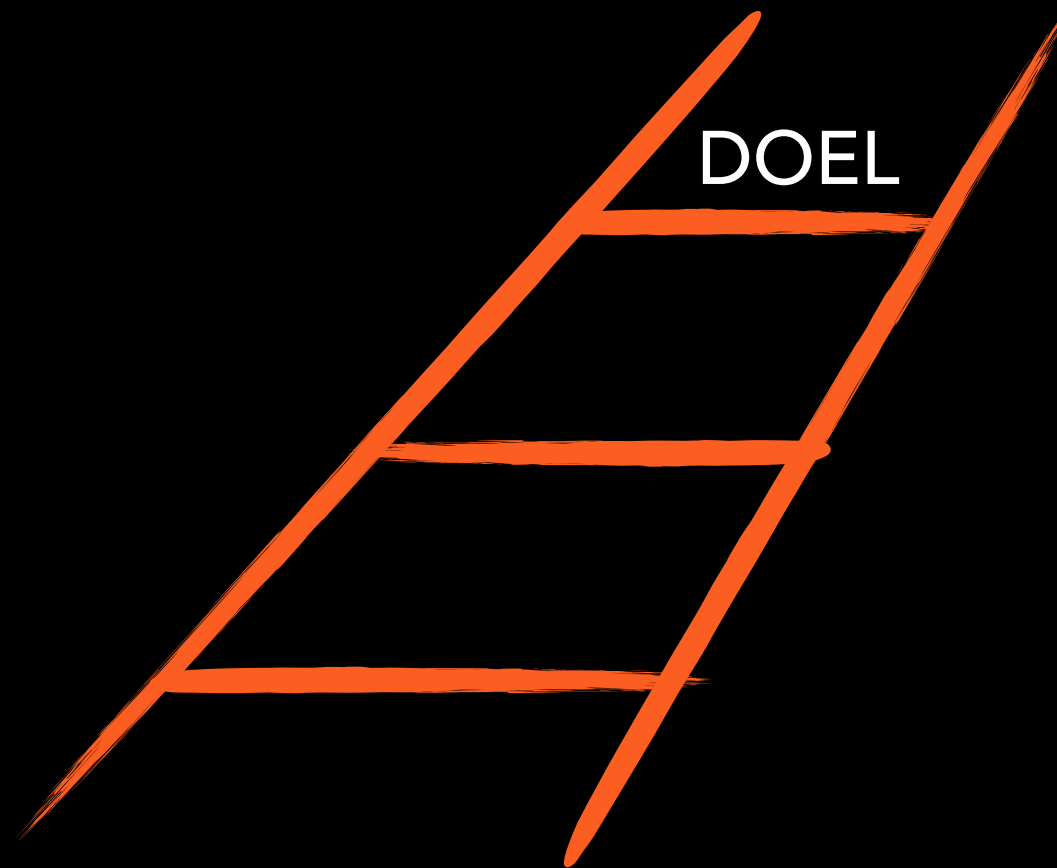
2.

EN... HOE GA JE DAT DOEN?

DE LADDER



DE LADDER



EFFECTIEVE DOELEN: DE TOP 3

- Kies - als het even kan - geen prestatiedoel, maar een ontwikkeldoel.
- Formuleer een helder 'waarom' voor je doel.
- Heb je meer dan één doel, maak dan een heldere prioriteitenlijst.

VOORBEELD

NIET: Ik wil tien kilo afvallen voor 1 juli 2020.

OOK NIET: Ik wil me eens verdiepen in mogelijke diëten die ik misschien zou kunnen volgen.

MAAR WEL: Over zes maanden heb ik het eet- en beweegpatroon ontwikkeld dat het beste bij mij past.

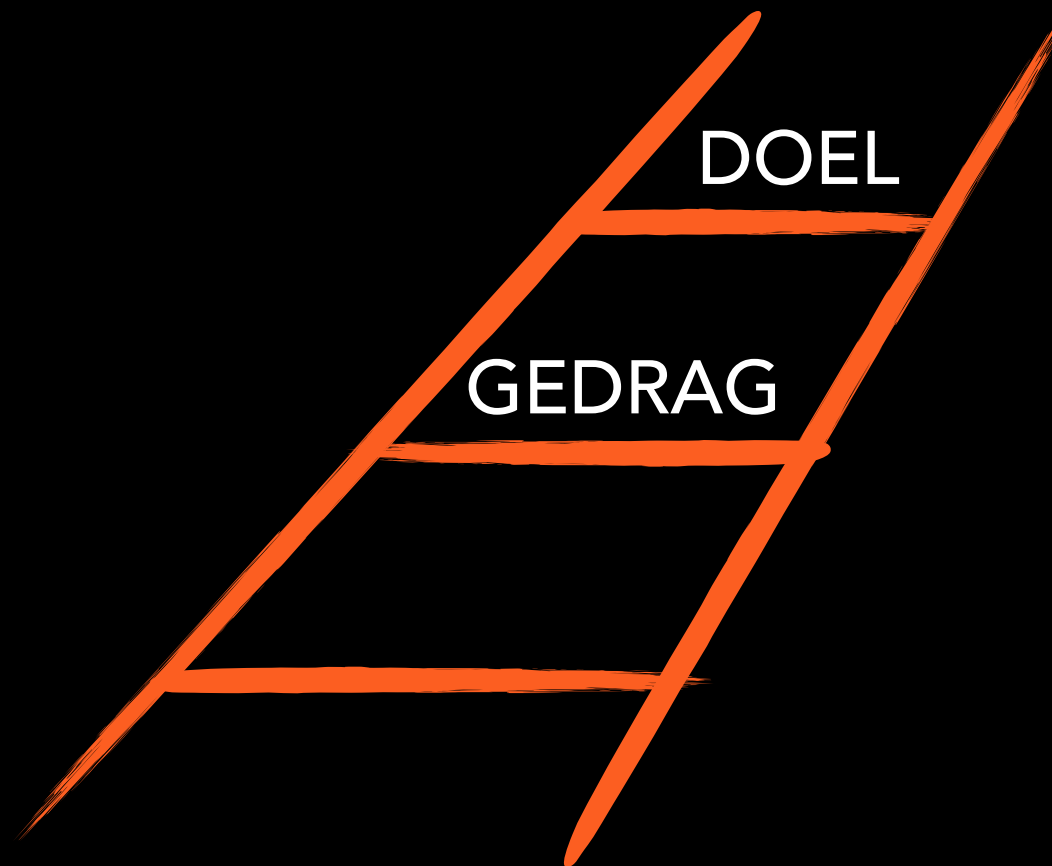
DUS: STEL JEZELF DEZE VRAGEN

Wat is mijn ontwikkeldoel
voor de komende maanden?

Waarom wil ik dit?

En - als ik meer dan één doel heb -
welk doel komt eerst?

DE LADDER



EFFECTIEF GEDRAG: DE TOP 3

- Kies voor gedrag dat je leuk vindt.
- Formuleer het gewenste gedrag zo concreet en helder mogelijk.
- Denk 'simpel': maak je eerste stappen zo eenvoudig mogelijk.

WAT IS GEDRAG?

Alles wat je kunt

'voordoen'

en

'nadoen'.

DE INVLOED VAN GEDRAGSFORMULERING

Klassiek onderzoek van Davidson & Jaccard

- Positieve houding tegenover anticonceptie: 0,083.*
- Positieve houding tegenover de anticonceptiepil: 0,323.*
- Positieve houding tegenover het gebruiken van de anticonceptiepil: 0,525.*
- Een positieve houding tegenover het gebruiken van de anticonceptiepil in de komende twee jaar: 0,572.*

* *correlatie met pilgebruik binnen twee jaar*

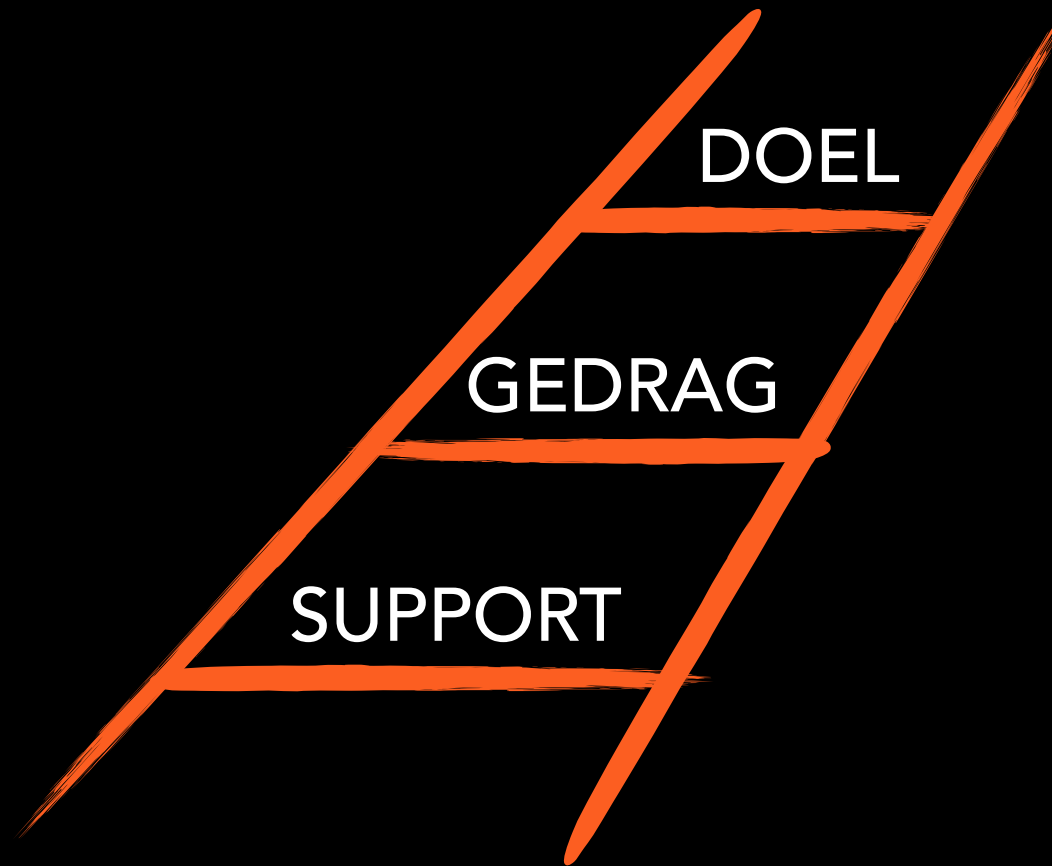
EFFECTIEF GEDRAG: DE TOP 3

- Kies voor gedrag dat je leuk vindt.
- Formuleer het gewenste gedrag zo concreet en helder mogelijk.
- Denk 'simpel': maak je eerste stappen zo eenvoudig mogelijk.

DUS: STEL JEZELF DE VRAAG

Met welk aantrekkelijk, concreet,
eenvoudig gedrag
ga ik beginnen?

DE LADDER



EFFECTIEVE SUPPORT: DE TOP 3

- Zorg dat de directe omgeving het gewenste gedrag 'makkelijk' maakt.
- Bereid je voor op momenten-van-de-waarheid.
- Zelfmonitoring van gedrag.

DANIEL KAHNEMAN



LOOK RIGHT

**SLIMME REMINDERS
IN LONDEN**

De 7 Zekerheden van Jumbo sinds 1996

Euro's goedkoper

Waste prijs eiders lager? Wij krijgen het product gratis en wij passen de prijs aan.

Service met een glimlach

Vriendelijkheid kost bij ons niets. We zetten graag een stap extra voor u!

Voor al uw boodschappen

Wilt u niet zelf het ene winkel. We zorgen dat het voor u in één winkel is.

Wen is ook vers!

Wen is ook vers! Wij zijn er voor u. Wij zorgen dat het voor u in één winkel is.

Wat winkelen

Wen is ook vers! Wij zijn er voor u. Wij zorgen dat het voor u in één winkel is.

Niet tevreden? Geld terug!

Wen is ook vers! Wij zijn er voor u. Wij zorgen dat het voor u in één winkel is.

Uw wensen staan centraal

Wen is ook vers! Wij zijn er voor u. Wij zorgen dat het voor u in één winkel is.

SLIMME REMINDERS: JUMBO'S 7 ZEKERHEDEN

COACHING / MENTORING



CONVERSATION STARTER: TONY'S CHOCOLONELY



EFFECTIEVE SUPPORT: DE TOP 3

- Zorg dat de directe omgeving het gewenste gedrag 'makkelijk' maakt.
- Bereid je voor op momenten-van-de-waarheid.
- Zelfmonitoring van gedrag.

OEFENING!

ONTHOUD

DIT...

SOMETIMES ALL YOU NEED IS

20 SECONDS

OF INSANE COURAGE

