



Avik

THE
CHANGE
STUDIO

WERKEN MET PATRONEN

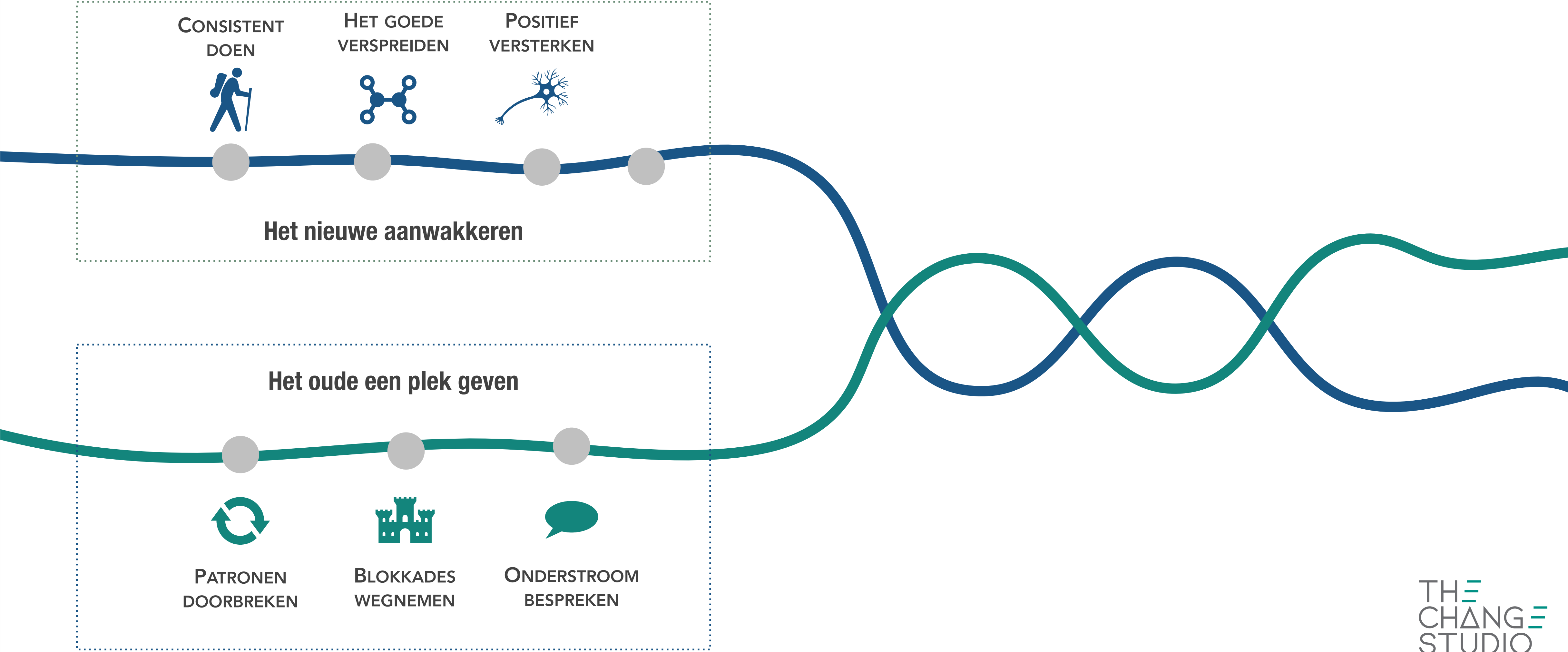
ACADEMIE VOOR INTERVENTIEKUNDE

11 FEBRUARI 2025

AREND ARDON

EEN KRACHTIGE BEWEGING

VERSTERK CONSISTENT GEDRAG, VERZWAK INCONSISTENT GEDRAG





Peter R. de Vries
mededruyverslaggever



PATRONEN

*PATRONEN ZIJN
INTERACTIES TUSSEN
MENSEN DIE ZICH
REGELMATIG HERHALEN.*



ENKELE CITATEN

*‘IK VERTROUW ZIJN ZELFSTANDIGHEID NIET,
DUS IK HOUD HEM SCHERP IN DE GATEN’*

*‘ZIJ ZITTEN ER KRITISCH IN;
ZE DENKEN STERK IN ‘WIJ-ZIJ’-TERMEN’*

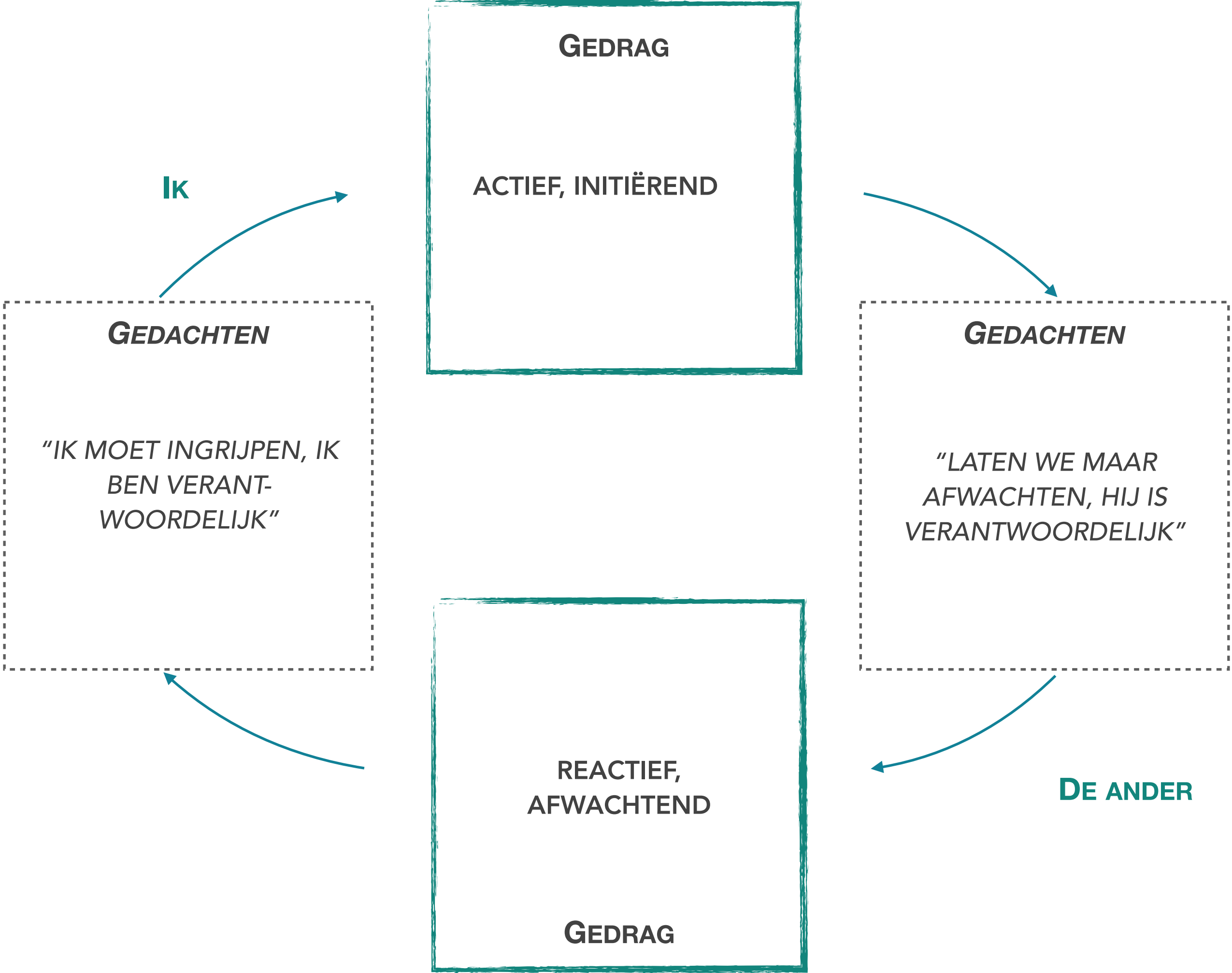
*‘IK VERWACHT WEERSTAND, DUS MIJN
VERHAAL MOET STAAN ALS EEN HUIS’*

*‘ZIJ PAKKEN HET NIET OP, DUS IK MOET
STEEDS INITIATIEF NEMEN’*

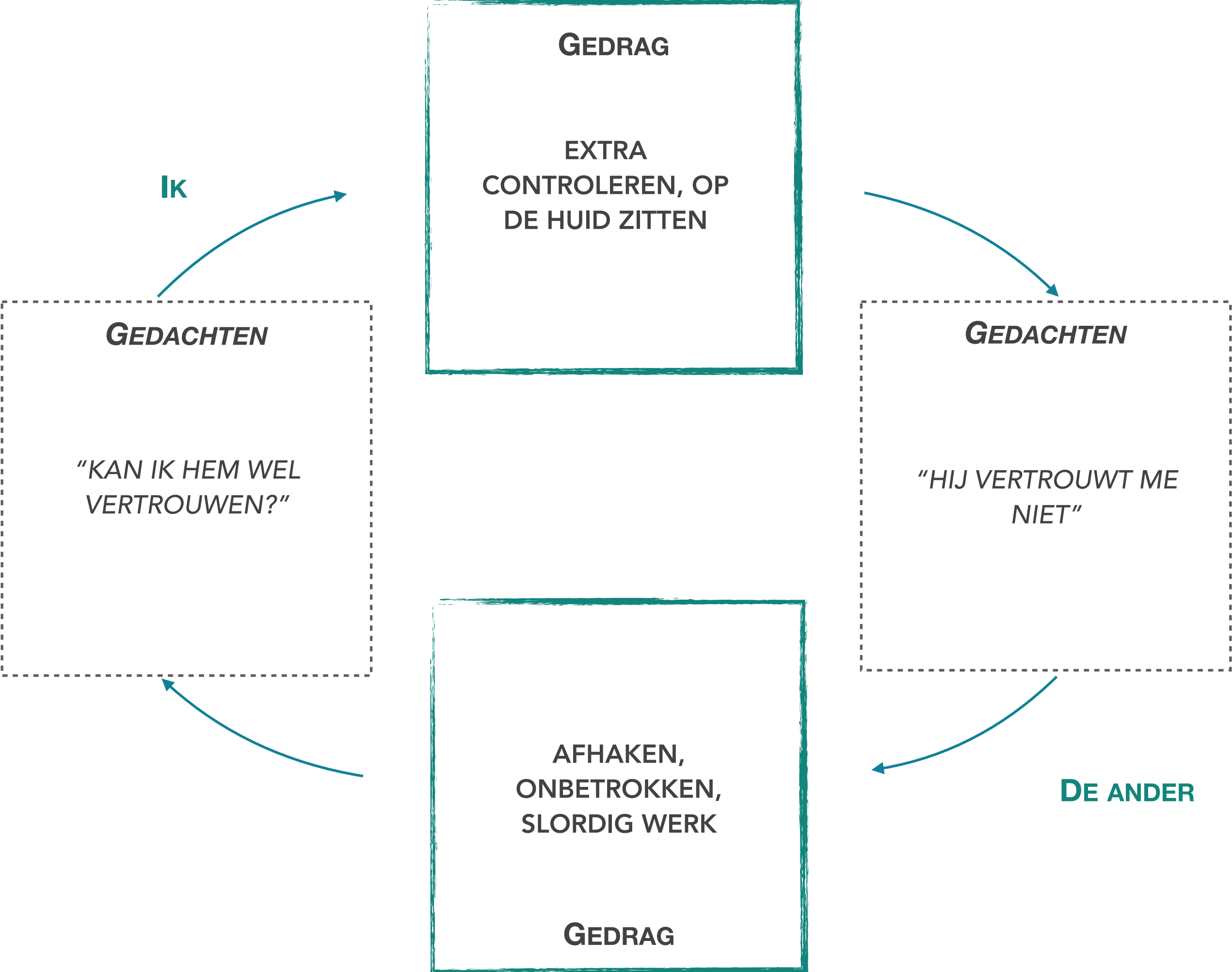
*‘ZE STAAN TOCH NIET OPEN VOOR ANDERE
MENINGEN, DUS HET HEEFT GEEN ZIN TE
ZEGGEN DAT IK HET ANDERS ZIE’*

PATRONEN

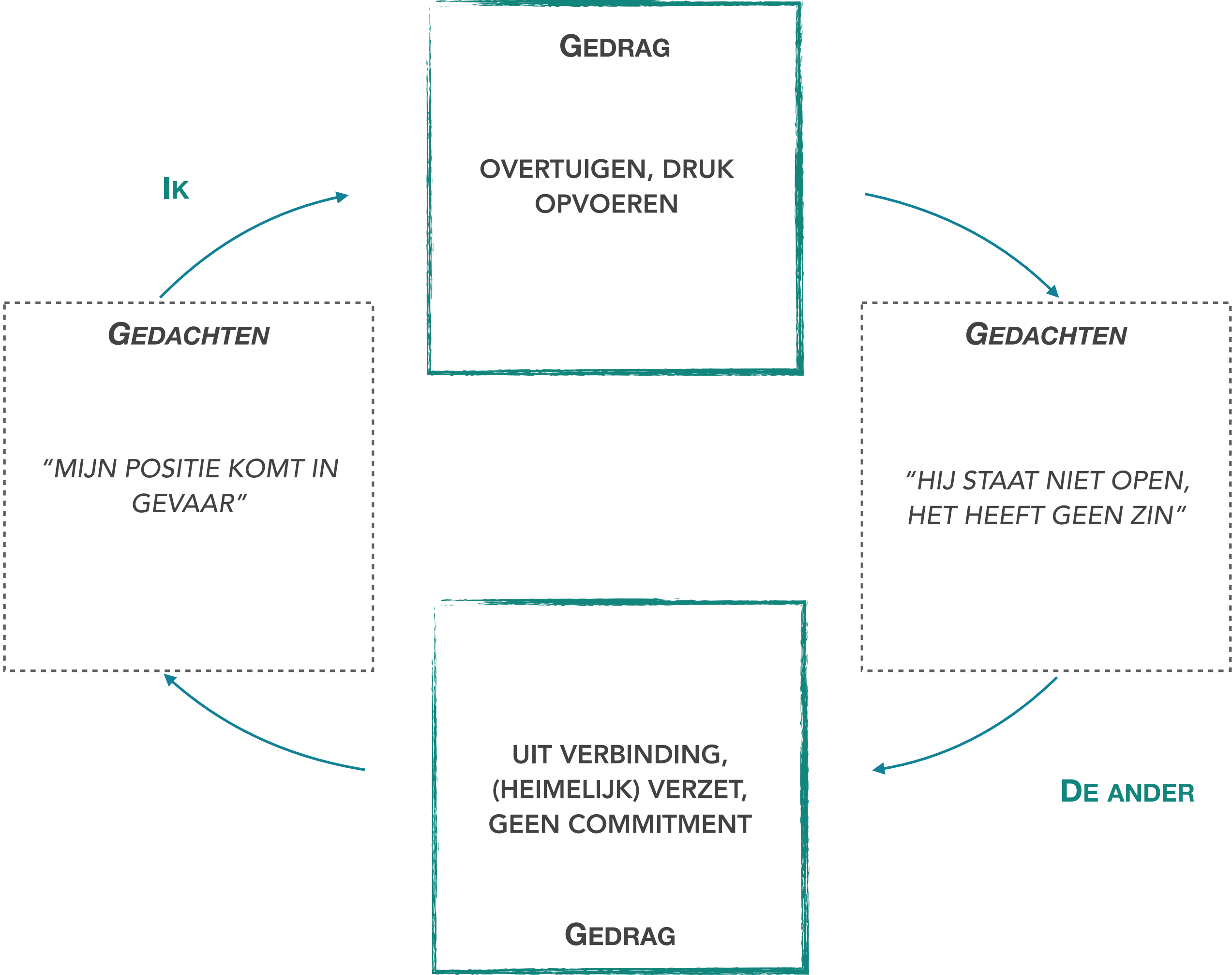
VERANTWOORDELIJKHEID



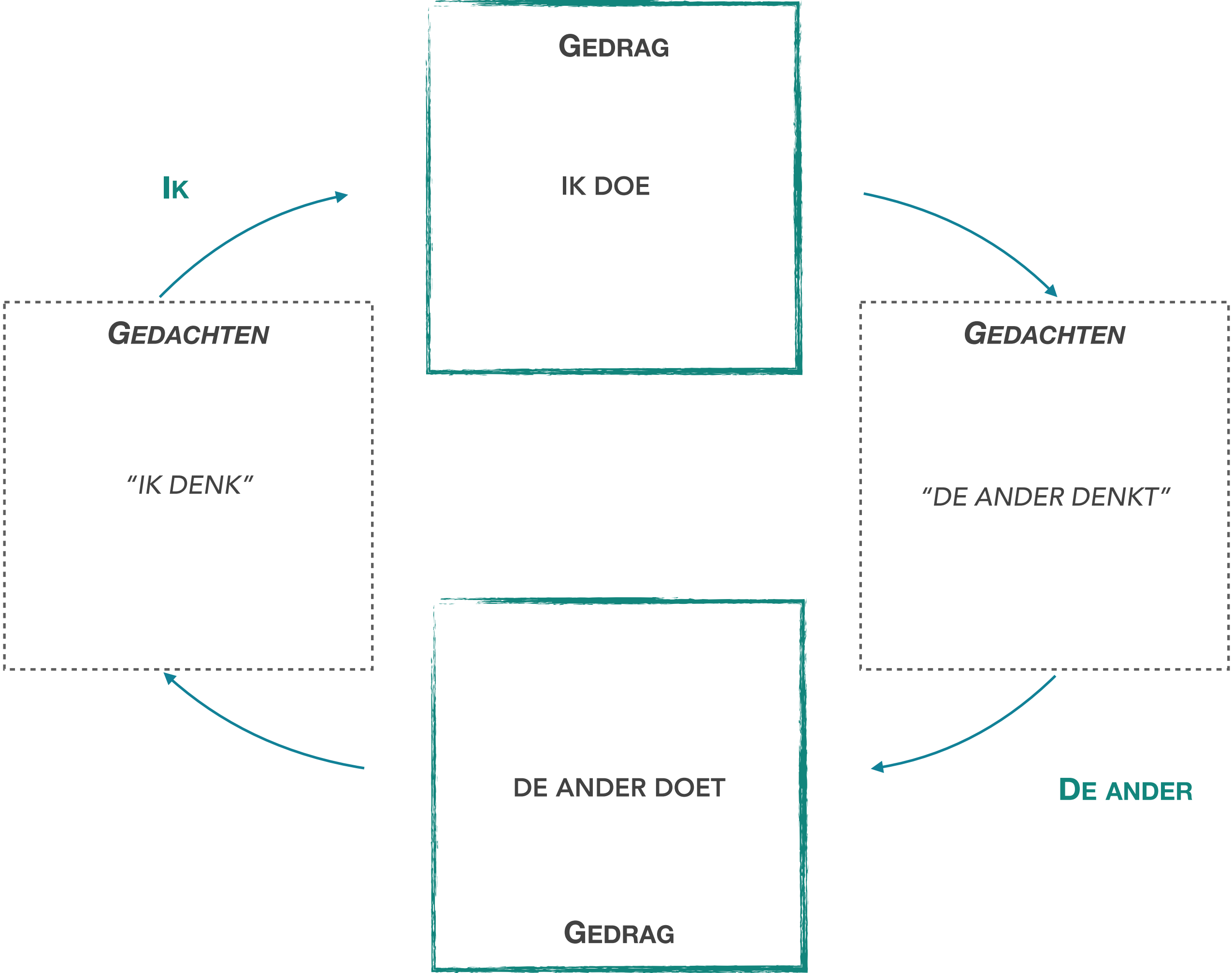
PATRONEN VERTROUWEN

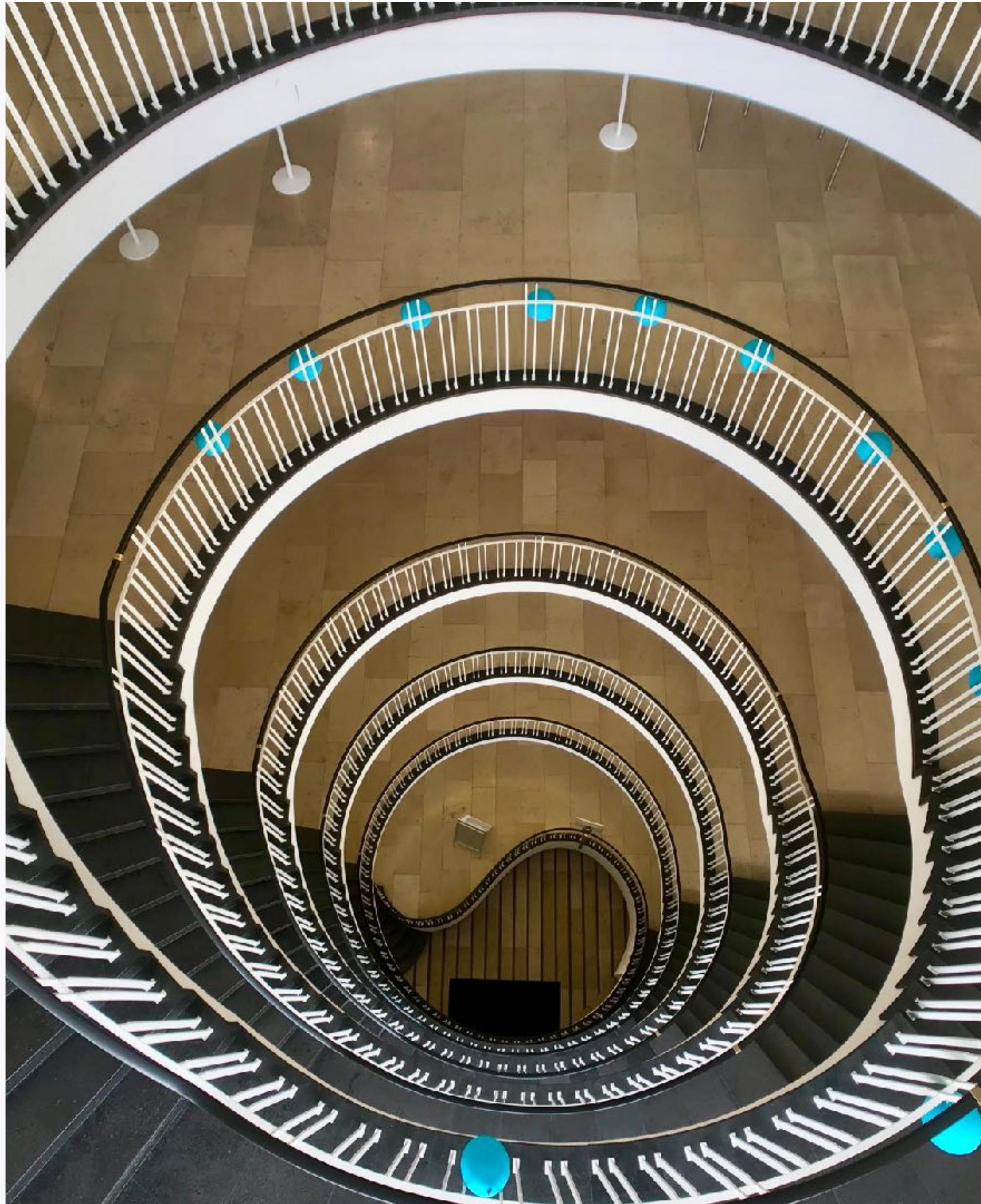


PATRONEN VERBINDING



PATRONEN





DEEL JOUW PATROON

1. HOE **VOEL JIJ JE** IN HET PATROON?
2. HOE **VOELT DE ANDER ZICH** IN HET PATROON?
3. HOE KUN JIJ HET **PATROON DOORBREKEN** EN
WAT MOET JIJ DAARVOOR **OPGEVEN?**



LEREN VAN HET NU

- IS DIT ILLUSTRATIEF VOOR ONS NORMALE HANDELEN?
- ALS DIT ILLUSTRATIEF IS, WAT ILLUSTREERT HET DAN?
- WELK BEHOEFTE DIENT DEZE GEWOONTE?
- WAT KOST DEZE GEWOONTE?
- WAT WILLEN WIJ ECHT?

PATRONEN DOORBREKEN

RUIMTE CREËREN

Context wijzigen

Elimineer prikkels die de patronen stimuleren, creëer prikkels voor ander gedrag

Reflectie

Reflectie op eigen denken en handelen: weet hoe je denkt en zie wat je doet



Patronen

Patronen bespreekbaar maken/ onderzoeken

- deel het patroon (begin bij jezelf)
- vraag om herkenning
- onderzoek welk gedrag leidt tot effectievere interactie

De positieve uitzondering

Ga op zoek naar de positieve uitzondering: hoe komt het dat het daar/dan wel werkt?





THE CHANGE STUDIO



LEAD



INSPIRE



CREATE