



SHIFT.
GEDRAGS
VERANDERING

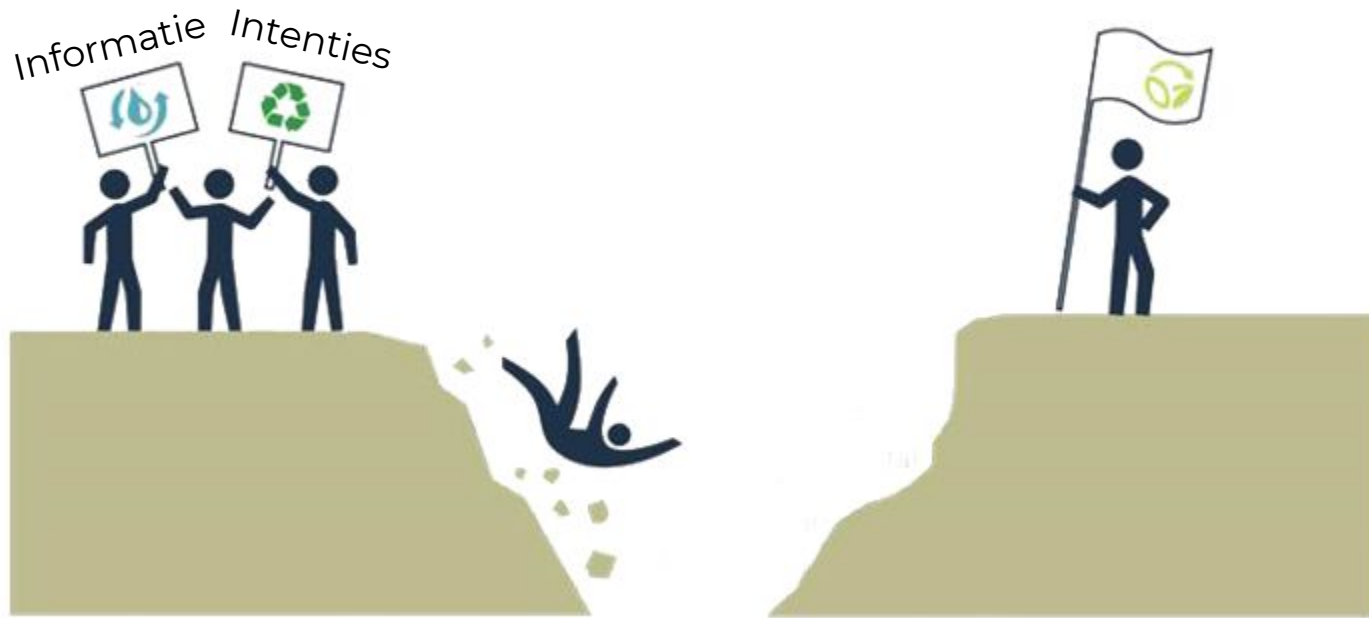
GEDRAGSMODEL MAKEN

Workshop Atlas Werkconferentie
16 mei 2019

Janna de Graaf

KENNEN + KUNNEN + WILLEN ≠ **DOEN**

HET INTENTIE-GEDRAG GAT



SYSTEM 1

SYSTEM 2

SYSTEEM 1

- Onbewust
- Op basis van “shortcuts”
- Snel

SYSTEEM 2

- Bewust
- Op basis van logica, argumenten
- Traag

PROCESMODEL MAKEN

het in kaart brengen van invloedsfactoren

CHECKLIST

- Het doelgedrag concreet formuleren
- Maak een lijst met alle factoren die invloed hebben op je gedrag
- Welke factoren hebben een directe invloed?
- Welke factoren hebben een indirecte invloed?
- Wat is de relatie tussen de factoren

CONCREET DOELGEDRAG

Maak het **specifiek** en **concreet**

Maak het **meetbaar** en **aantoonbaar**



MAAK EEN LIJST MET ALLE INVLOEDSFACTOREN

Motieven

- Wat zijn redenen voor je doelgroep om het gedrag te vertonen?

Weerstand

- Wat zijn de dingen die je doelgroep tegenhouden?

MAAK EEN LIJST MET ALLE INVLOEDSFACTOREN

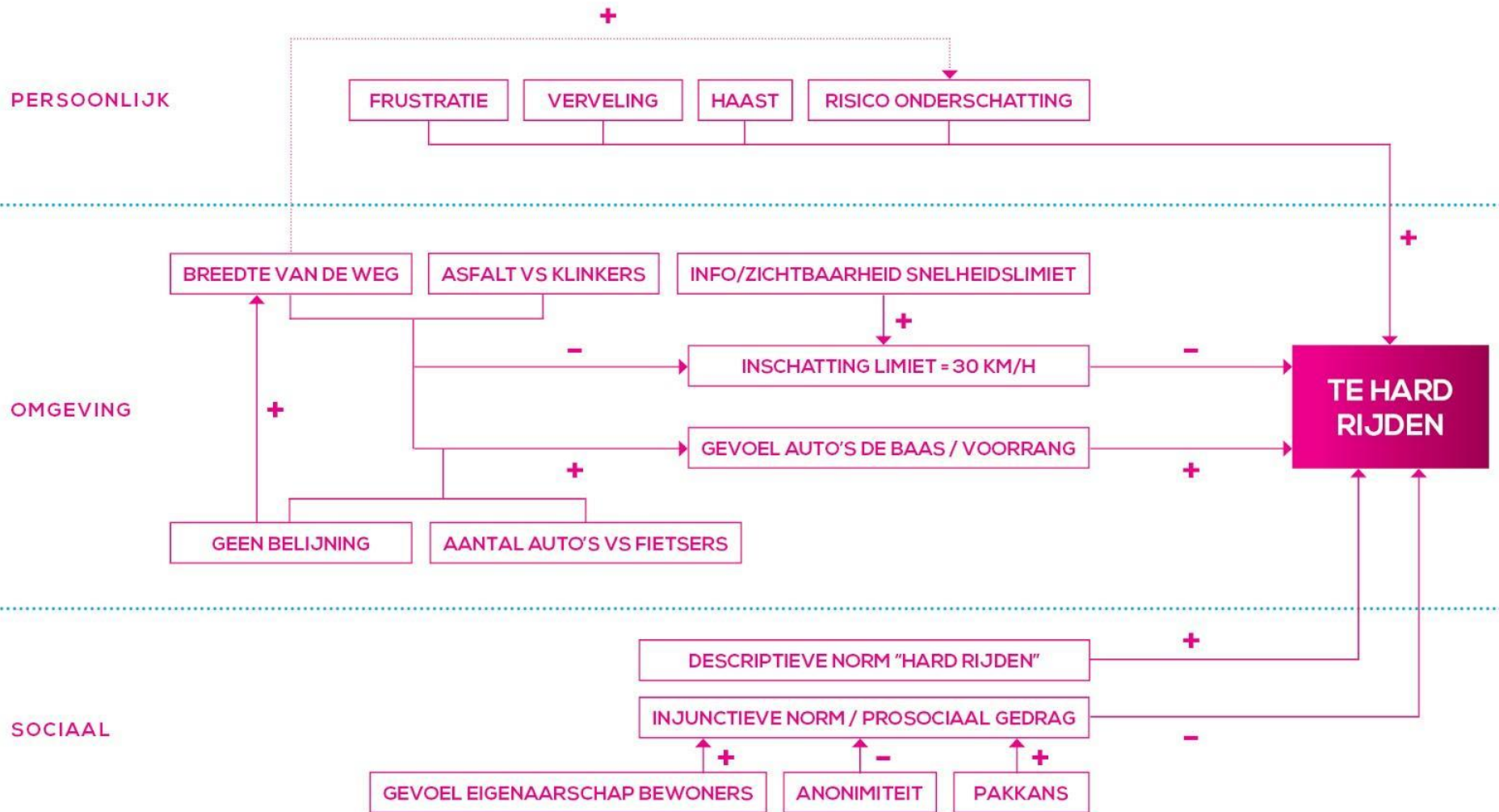
Waar kun je aan denken?

- **Persoonlijke factoren**
 - Identiteit, imago en/of persoonlijke waarden
 - Emoties
 - Attitudes

MAAK EEN LIJST MET ALLE INVLOEDSFACTOREN

Waar kun je aan denken?

- **Persoonlijke factoren**
 - Identiteit, imago en/of persoonlijke waarden
 - Emoties
 - Attitudes
- **Sociale factoren**
 - Wat doen anderen?
 - Wat vinden anderen normaal?
 - maar ook...:
 - wie geeft het voorbeeld?
 - bij wie ligt de verantwoordelijkheid?



OPDRACHT

Maak een procesmodel, waarin je de verbanden tussen verschillende factoren inzichtelijk maakt.

Volg hierbij de volgende stappen:

1. Schrijf het doel- of probleemgedrag groot op een post-it
2. Schrijf alle factoren die volgens jou een rol spelen op post-its
3. Plak factoren die verband met elkaar houden bij elkaar
4. Vat alle verbanden samen in een procesmodel.



SHIFT.
GEDRAGS
VERANDERING

VRAGEN?

Janna de Graaf