

# EERSTE HULP BIJ VERANDEREN

Veranderen. Je doet het continue met jouw team, voor en met de organisatie. Nieuwe systemen, upgrades, nieuwe hardware. Veel van die veranderingen zijn meetbaar, planbaar en vanuit analyse projectmatig op te pakken en door te voeren. Maar soms, soms is het nét of een onzichtbare kracht dat ene project tegenhoudt.

## Maak in 3 eenvoudige stappen die onzichtbare kracht zichtbaar.

# 1

Pak 3 A4-tjes en een stift. Schrijf op het eerste A4 vel "**Zoals ik het graag zou willen**". Zet op het tweede vel "**Wat nodig is en wat ik weet**". Op het laatste blaadje schrijf je "**Wat nodig is en wat ik nog niet weet**". Als je wilt, kun de eerste 2 omschrijvingen specifiek maken. Met de derde lukt dat niet, want je ziet nog niet wat er nodig is om in beweging te komen

# 2

Vind een rustige plek, waar je ongestoord aan de slag kunt met jouw vraagstuk. Zorg dat je er met je aandacht bij bent. Sommige mensen ademen drie keer diep in door de neus en uit door de mond, anderen gaan rustig in de stoel zitten en denken aan het vraagstuk, zo dat ze er op een afstandje naar kijken. Doe wat voor jou werkt. Zet in ieder geval je telefoon uit / stil.

# 3

Leg nu de papiertjes met de tekst naar boven op de grond. Ga nu één voor één op de papiertjes staan: eerst op "**Zoals ik het graag zou willen**". Voel wat er in je lijf gebeurt. Ga je wiebelen of juist steviger staan? Krijg je een klomp in je maag? Wordt je warm of koud? Neem waar en verder niets. Stap nu terug naar je beginpositie. Schrijf eventueel je ervaring op. Stap nu op "**Wat nodig is en wat ik weet**". Neem waar wat er gebeurt in je lijf. Stap terug en maak aantekeningen. Ga als laatste staan op "**Wat nodig is en wat ik nog niet weet**". Neem waar. Stap terug. Maak aantekeningen. Herhaal vanaf \*. Wat is er veranderd?

Ik ben Marja van Solkema, consultant met hart. Snel informatie ophalen, patronen zichtbaar maken en precies die interventies doen die beweging creëren. Dat is de stijl die mij kenmerkt. Ik help ICT-leiders en teams om voorbij de zichtbare processen te kijken, naar wat er écht speelt onder de oppervlakte.

[www.maart-consulting.nl](http://www.maart-consulting.nl)

