



DE SCHOOL
VOOR
TRANSITIE

DÉ EXPERT IN
TRANSITION BASED LEIDERSCHAP

Reflectie- & feedbacktool transition based leiderschap

© 2021 De School voor Transitie. Alle rechten voorbehouden.

Reflectie- en feedbacktool transition based leiderschap

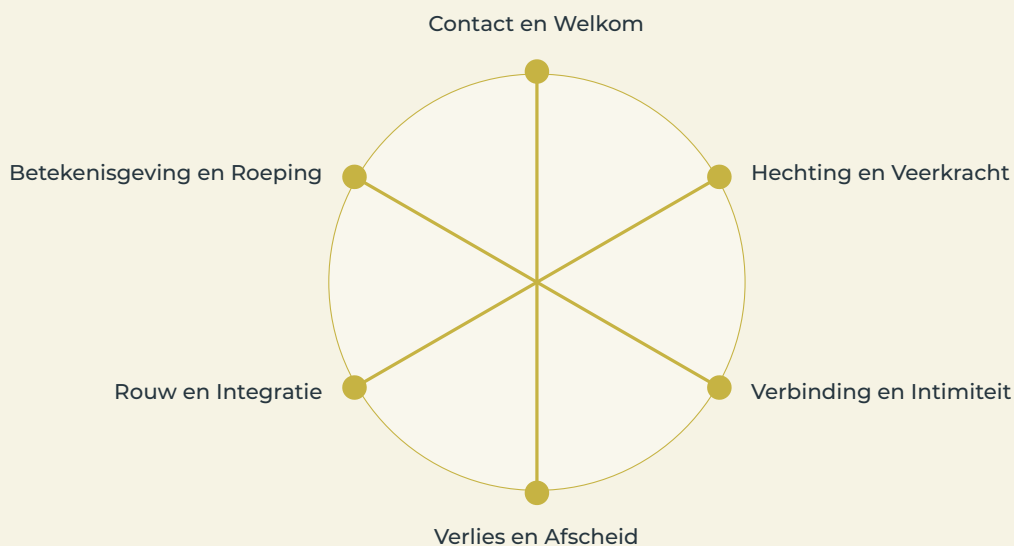
Transition based leiderschap gaat over het in verbinding blijven met jezelf, je werknemers en anderen in tijden van (grote) druk en verandering. Het gaat over zelfkennis – het leren kennen van de wortels van je leiderschap – en het laten excelleren van medewerkers door het versterken van persoonlijke veerkracht en emotionele intelligentie.

Leiders die focus hebben op het vormgeven van transitie – het emotionele, cognitieve, fysieke én spirituele proces dat mensen doorlopen wanneer ze met verandering worden geconfronteerd – brengen prestaties van hun teams en afdelingen naar een volgend niveau én ervaren samen meer plezier en vreugde in hun werk.

Transition based leiders zijn een secure base voor hun medewerkers én dragen eraan bij dat zij zich op hun beurt verbinden met hun secure bases.

Een secure base is een bron waardoor we ons welkom voelen en die ons inspireert en aanmoedigt om in verbinding de uitdagingen die het leven biedt aan te gaan.

De Transitiecirkel brengt de kernthema's van leiderschap samen waar mensen onherroepelijk mee te maken krijgen. Het zijn de thema's die bepalend zijn voor de vraag of je een secure base bent zijn voor jezelf en anderen. Over de (wetenschappelijke) achtergronden van secure base en de Transitiecirkel lees je alles in het boek *Taal van Transitie. Je roeping als leider in een wereld van verandering*.



Leiderschap is altijd in beweging en ontwikkelt zich in verbinding met anderen: collega's, leidinggevendenden, vrienden, familie, enzovoorts. Door te leven, te oefenen en geregeld feedback te ontvangen, wordt je leiderschap sterker en kun je ook een secure base worden.

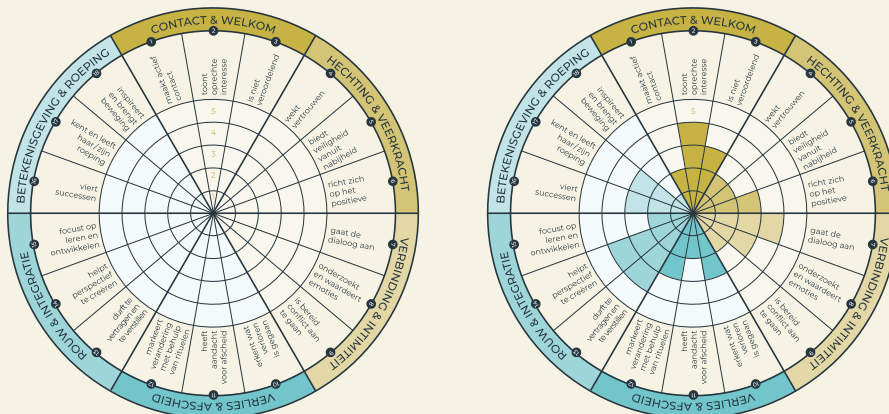
Hoe werkt de tool?

Met deze tool reflecteer je op je eigen leiderschap of op het leiderschap van iemand anders. Deze tool helpt om een beter zicht te krijgen op het *person effect*. Het is de unieke manier, zowel positief als negatief, waarop mensen overkomen en zich verbinden met anderen. Het is de belangrijkste toegang tot invloed, impact en resultaat als leider.

Bij elk station van de Transitiecirkel zijn er stellingen. We vragen je om eerlijke cijfers te geven. Houd daarbij scherp voor ogen dat het geen assessment of test is. Het gaat niet om 'goed' of 'fout'. Deze tool biedt informatie om betekenisvolle dialogen aan te gaan – met jezelf en anderen – over ontwikkeling, groei en leren.

In de toelichting vanaf pagina 6 lees je een korte uitleg bij de begrippen op de stations en een toelichting op de vragen. Sta stil bij elk van de stellingen en geef daarbij een cijfer van 1 tot en met 5. Je doet dit door de vakjes bij elke vraag in te kleuren.

1 = bijna nooit | 2 = zelden | 3 = soms | 4 = vaak | 5 = bijna altijd



Feedback vragen

Als je deze tool gebruikt om inzicht in je eigen leiderschap te krijgen, vraag je mensen in je omgeving de tool voor jou in te vullen. Geef ze daarbij een exemplaar van dit document. Om een compleet beeld te krijgen, raden we je aan feedback te vragen aan mensen in de verschillende rollen van je leven:

- + **Persoonlijk:** bijvoorbeeld je partner, (bijna) volwassen kind, ouder, broer of zus, vriend of vriendin.
- + **Professioneel:** collega (teamlid), iemand aan wie je leidinggeeft, eigen leidinggevende.
- + **Maatschappelijk:** iemand uit een vereniging waar je actief bent bijvoorbeeld.

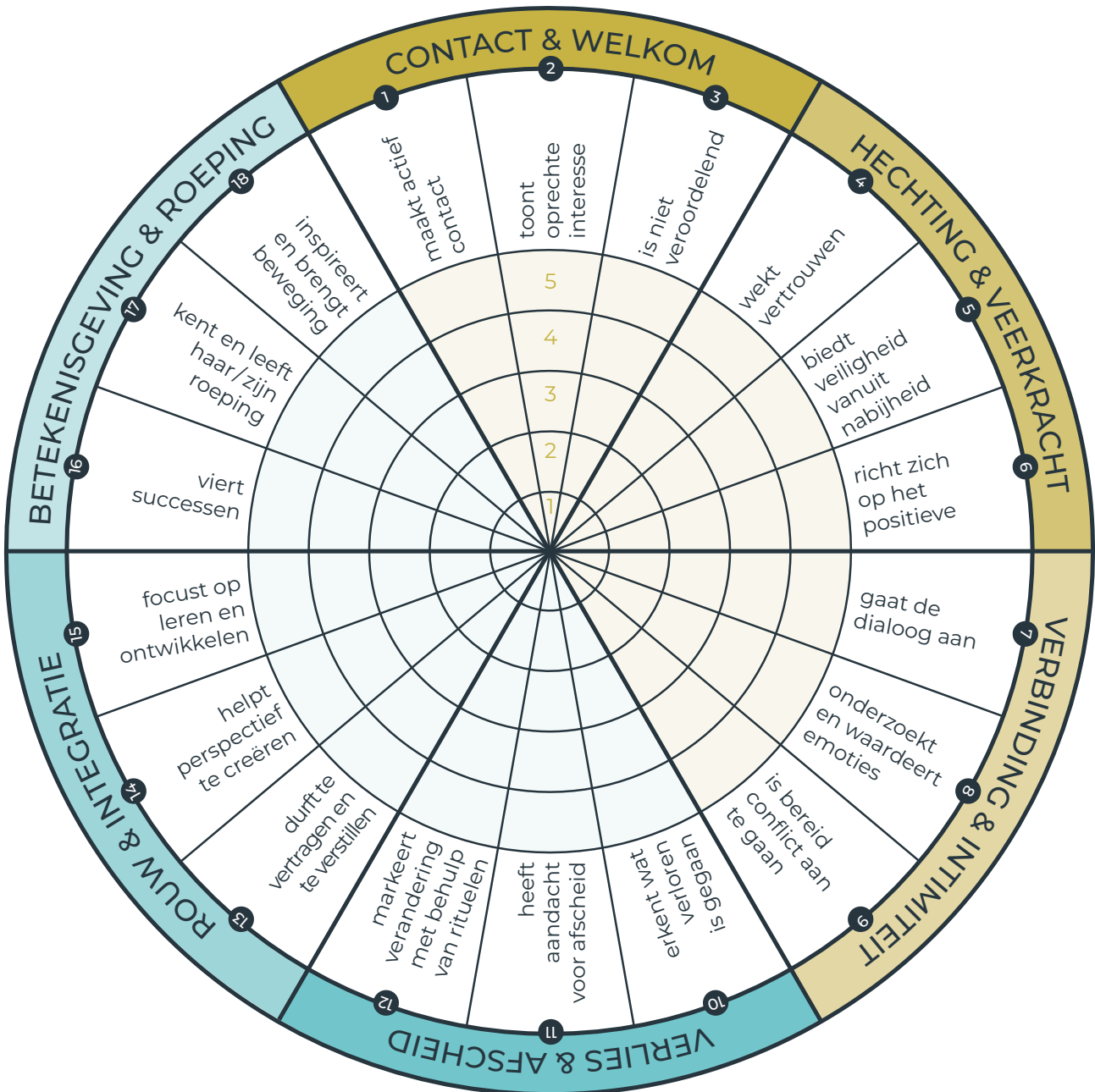
Vraag de mensen om aan het einde een korte toelichting te schrijven.

Om beter zicht te krijgen op de ontvangen feedback, kun je een dialoog voeren met de feedbackgever(s). De dialoog zal je helpen om zo goed mogelijk zicht te krijgen op wat je concreet doet of nalaat. Vragen die je hierbij kunnen helpen zijn:

- + Wat is een bepalend voorbeeld voor deze score?
- + Wat doe ik in deze situaties? En wat laat ik na?
- + Welk effect heeft dat op jou?

De feedback invullen

1 = bijna nooit | 2 = zelden | 3 = soms | 4 = vaak | 5 = bijna altijd



Ingevuld voor:

Datum:

Ingevuld door:

Toelichting op de feedback

A series of horizontal dotted lines for writing.

Toelichting op de thema's van de transitiecirkel

Hieronder wordt per thema op de transitiecirkel een korte toelichting gegeven. Daarnaast is er per stelling een aantal gedragingen opgenomen om je een beeld te vormen.

Thema 1: Contact en Welkom

Welkom geheten worden en ons welkom voelen, vormen de basis voor elke relatie, en daarmee elke samenwerking. Zonder welkom geen contact, zonder contact geen welkom. Elk nieuw contact dat je maakt, roept eerdere ervaringen op met contact maken. En elk welkom verwijst naar eerdere ervaringen van welkom en welkom geheten worden.

– Stelling 1 | Maakt actief contact

- + Neemt initiatief in het maken van contact
- + Besteedt bewust aandacht aan het creëren van een omgeving waarin mensen zich welkom voelen

– Stelling 2 | Toont oprechte interesse

- + Is in het contact voldoende gericht op de ander
- + Is intrinsiek gemotiveerd de ander te leren kennen

– Stelling 3 | Is niet veroordelend

- + Is bereid zijn reactie uit te stellen en te luisteren naar wat er gezegd wil worden
- + Laat merken dat hij de ander accepteert

Thema 2: Hechting en Veerkracht

Hechting is het natuurlijke en onbewuste gedrag waarmee nabijheid van een ander wordt gezocht. Een goede, veilige hechting zorgt ervoor dat mensen kunnen groeien. Hechting is verbonden met de ontwikkeling van veerkracht: je vermogen om met tegenslagen en teleurstellingen om te gaan.

– Stelling 4 | Wekt vertrouwen

- + Is in staat stress te managen en kalmte uit te stralen
- + Neemt een open houding aan in ontmoetingen
- + Gebruikt taal die getuigt van hoop

– Stelling 5 | Biedt veiligheid vanuit nabijheid

- + Straalt beschikbaarheid uit
- + Komt afspraken na
- + Toont warmte en empathie

– Stelling 6 | Richt zich op het positieve

- + Is in alle omstandigheden gericht op leren en ontwikkelen
- + Heeft een positieve grondhouding, ook bij het geven van negatieve feedback en slecht nieuws

Thema 3: Verbinding en Intimiteit

Verbinding gaat over je bewuste keuze om in kwetsbaarheid relaties te verdiepen. Intimiteit is je vermogen je werkelijk te verbinden en je aan een ander toe te vertrouwen. Intimiteit is nodig om te leren en ontwikkelen, om conflicten aan te gaan en samen psychologische veiligheid te ervaren.

– Stelling 7 | Gaat de dialoog aan

- + Parafraseert; geeft de ander terug wat hij hoort en waarneemt alvorens door te vragen
- + Gaat het gesprek aan vanuit nieuwsgierigheid, zonder zichzelf te willen verdedigen/verklaren
- + Is bereid tot nieuwe inzichten te komen

– Stelling 8 | Onderzoekt en waardeert emoties

- + Heet emoties welkom, en geeft ruimte aan boosheid, verdriet, angst én blijdschap
- + Verkent de informatie die achter emoties schuilgaat

– Stelling 9 | Is bereid conflict aan te gaan

- + Is in staat verschillen van mening, ervaringen en gedachten te waarderen
- + Zoekt de spanning actief op om de verbinding te versterken
- + Ziet conflicten als mogelijkheid om te leren en groeien

Thema 4: Verlies en afscheid

Verlies en afscheid horen bij relaties en stellen je vermogen om je (opnieuw) te verbinden op de proef. Bij verlies kun je onder meer – ook – denken aan doelen, werkplekken, mensen, gezondheid, betekenisvolle projecten en dromen. Je gedrag op het werk en daarbuiten wordt voor een heel groot gedeelte bepaald door je angst om te verliezen of door eerdere verliezen die het leven je bracht. Verlies erkennen, herkennen en verkennen en goed afscheid nemen zijn nodig om opnieuw welkom te kunnen heten.

– Stelling 10 | Erkent wat verloren is gegaan

- + Heeft oog voor verliezen waar mensen mee worden geconfronteerd
- + Eert de geschiedenis van de organisatie en de mensen die er een bijdrage aan leverden

– Stelling 11 | Heeft aandacht voor afscheid

- + Creëert ruimte om actief afscheid te nemen
- + Is aanwezig bij belangrijke momenten van afscheid
- + Spreekt woorden van verbinding op momenten van afscheid

– Stelling 12 | Markeert verandering met behulp van rituelen

- + Brengt mensen samen om belangrijke momenten te markeren
- + Betrekt anderen actief bij de invulling van rituelen
- + Gaat voor in het creëren van betekenisvolle herinneringen

Thema 5: Rouw en Integratie

Rouwen is in essentie een leerproces op weg naar andere, nieuwe of veranderende verbindingen. Het gaat over het ongemak, de pijn, de moeite, het gedoe dat je kunt ervaren rondom afscheid. Het kent een dubbele beweging van bezig zijn met het verleden – dat wat verloren is gegaan – en met de toekomst – dat wat onbekend is. Het nodigt uit om de puzzel opnieuw te leggen.

– Stelling 13 | Durft te vertragen en te verstillen

- + Benut de kracht van stilte bij pijnlijke en ongemakkelijke emoties
- + Durft voorbij het eigen ongemak te gaan en door te vragen
- + Verdwijnt niet in ongevraagde adviezen en dooddoeners

– Stelling 14 | Helpt perspectief te creëren

- + Helpt rust te creëren als veranderingen onzekerheid en controleverlies oproepen
- + Is bereid eigen ervaringen in te brengen ter inspiratie en herkenning
- + Helpt toekomst te zien

– Stelling 15 | Focust op leren en ontwikkelen

- + Ondersteunt in het verkennen van mogelijkheden en het maken van keuzes
- + Nodigt uit tot het nemen van verantwoordelijkheid

Thema 6: Betekenisgeving en Roeping

Betekenisgeven is het vermogen te zien hoe gebeurtenissen en ervaringen vormend zijn geweest. Door betekenis te geven, ontstaan nieuwe perspectieven: wie ben ik, wie zijn wij, na dit verlies? Het opent de vraag naar roeping: wie ben je op identiteitsniveau? Wat zijn je grotere doelen in het leven en hoe realiseer je die?

– Stelling 16 | Viert successen

- + Staat voor eigen succes
- + Zoekt actief naar succeservaringen, -momenten, klein of groot
- + Viert in verbinding successen van zichzelf en anderen

– Stelling 17 | Kent en leeft haar/zijn roeping

- + Kent zijn eigen roeping en leeft deze
- + Helpt anderen hun roeping te vinden en leven
- + Is gericht op talentontwikkeling

– Stelling 18 | Inspireert en brengt beweging

- + Weet mensen aan zich te verbinden
- + Stimuleert ongekende mogelijkheden te zien en groot te dromen
- + Straalt vreugde uit