

INSPIREREN

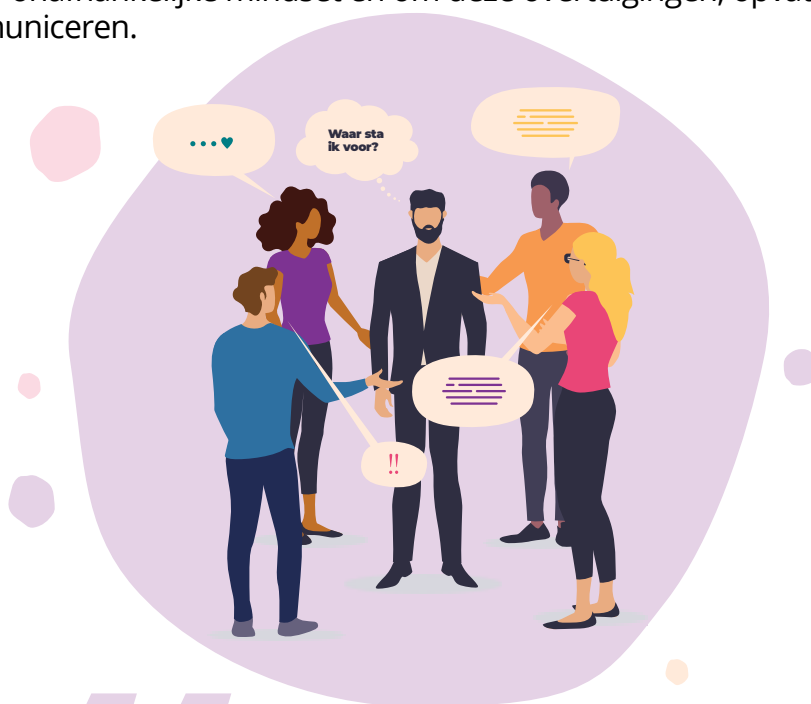
# Onafhankelijk Opstellen



Onafhankelijk opstellen is een van de gedragingen die deel uitmaken van de Inspire-stijl van de Sfeer van Invloed 360°.

Je stelt je onafhankelijk op wanneer je overtuigingen, opvattingen en visie niet worden beheerst door andere mensen of gebeurtenissen. Om je onafhankelijk op te kunnen stellen is het belangrijk om een onafhankelijke mindset te creëren. Denk na over situaties om jouw overtuigingen en visie vast te stellen voordat je ze deelt. De centrale vraag hier is: "**Waar sta je voor?**".

Op de volgende pagina's vind je twee oefeningen die je zullen helpen bij het creëren van een meer onafhankelijke mindset en om deze overtuigingen, opvattingen en visie te communiceren.



**“The most courageous act is still to think for yourself. Aloud.”**

**- Coco Chanel**

## Oefening 1: Creëer een onafhandelijke mindset

Neem even de tijd om na te denken over een situatie of project dat niet soepel loopt.

Schrijf de antwoorden op de volgende vragen op:

Wat zijn **mijn** observaties?

Hoe voel **ik** mij erover?

Waarom is de situatie belangrijk voor **mij**?

Wat is **mijn** standpunt?

Wat denk **ik** dat ik nodig heb of dat anderen nodig hebben?

Wat is **mijn** ervaring in vergelijkbare situaties?

## Oefening 2: Communiceer “Waar je voor staat”

In de vorige oefening heb je geoefend met het vaststellen van je eigen overtuigingen, opvattingen en visie op de situatie. Oefening 2 gaat over het delen en communiceren van deze gedachten of zoals Coco Chanel citeerde: denk voor jezelf hardop!! Wanneer je onafhankelijk communiceert is het **niet** belangrijk om anderen te overtuigen of goedkeuring te krijgen; het enige doel is om jouw gedachten te delen.



Vertaal de inzichten die je hebt verzameld in oefening 1: Creëer een onafhankelijke mindset door de volgende zin af te maken:

*Ik heb gemerkt dat ((vertel wat je observaties zijn en als het van toepassing is: hoe je voelt door wat je hebt opgemerkt of waarom deze situatie belangrijk voor je is):*

*it is waarom ik geloof (geef aan waar je voor staat; wat is je standpunt? wat is er nodig in deze situatie? wat is je ervaring met vergelijkbare situaties?)*

## Evaluatie:

Hoe ging je poging om je onafhankelijk op te stellen?



**1**



**2**



**3**



**4**



**5**

Wat heb je geleerd? Welke inzichten heb je opgedaan?

Wat is er goed gegaan? Wat zou je weer hetzelfde doen?

Wat kan je doen om jouw optreden te verbeteren?

Wat is je volgende stap?