**Implementatieplan**

Vooraf: Pak alle inzichten en actiepunten uit de eerste trainingsdag erbij.

# **Wat ga je toepassen?**

**Prioriteiten stellen vergroot de kans op succes.** Welk gedrag vind je het meest belangrijk? Waar heb je het meeste zin in?

**Kleine stappen vergroten de kans op succes.** Wat is de eerste kleine stap waarmee je kunt beginnen? En welke stap komt daarna?

Tip: Beschrijf gedrag dat je wél wilt gaan doen en niet wat je voortaan niet meer gaat doen.

Tip: Beschrijf “filmbaar” gedrag; gedrag dat je kunt zien en horen. Gedrag dat je kunt voordoen en nadoen.

# **Waarom vind je dat belangrijk?**

**Wat zijn de redenen waarom jij dit gedrag na de training wilt laten zien?** Waarom is het noodzakelijk? Wat gaat er mis als je het niet doet?

**Wat is het resultaat dat je hiermee wilt bereiken?** Welke voordelen heeft dit nieuwe gedrag? Welke gevolgen heeft dit voor jou, voor de mensen met wie je werkt, voor de organisatie, voor…?

Tip: Verwoord ook waarop jij dit persoonlijk belangrijk vindt, waarom het past bij wie jij als mens of als professional wil zijn.

# **Hoe zorg je dat het lukt?**

**Welke mensen kunnen jou helpen?** Met wie deel je dit implementatieplan na de training? Welke mensen mogen jou feedback geven? Welke inhoudelijke expertise van andere mensen heb je nodig om je plan te laten slagen?

**Welke middelen kunnen jou helpen?** Welke technische hulpmiddelen (agenda, reminders) heb je nodig om jezelf te herinneren aan jouw voornemens? Kunnen aangepaste werkprocessen of formats je helpen? Is verdere zelfstudie nog nodig?

Tip: Plan tijd voor verandering.Toepassing en oefening van nieuw gedrag vraagt in het begin een extra tijdinvestering. Op welke momenten reserveer je hier tijd voor?

Tip: Beschrijf voor ieder nieuw gedrag tenminste drie ondersteuningsmanieren waarmee je de kans zo groot mogelijk maakt dat dit lukt.

Tip: Beschrijf ook wanneer je gaat evalueren. Kies bijvoorbeeld een wekelijks moment waarop je vaststelt of jouw voornemen gelukt is. Zo niet, kies dan een andere aanpak.

Mail dit plan naar lianne@intothenew.nl en jouw buddy