



Motiverend spreken omtrent vaccinatie

**Marc Tack
februari
2021**

CGG Eclips

Gaat **niet** zozeer over **hoe te controleren?**

wel

hoe keuzes
begrijpen en
beïnvloeden?

5 manieren van beïnvloeden

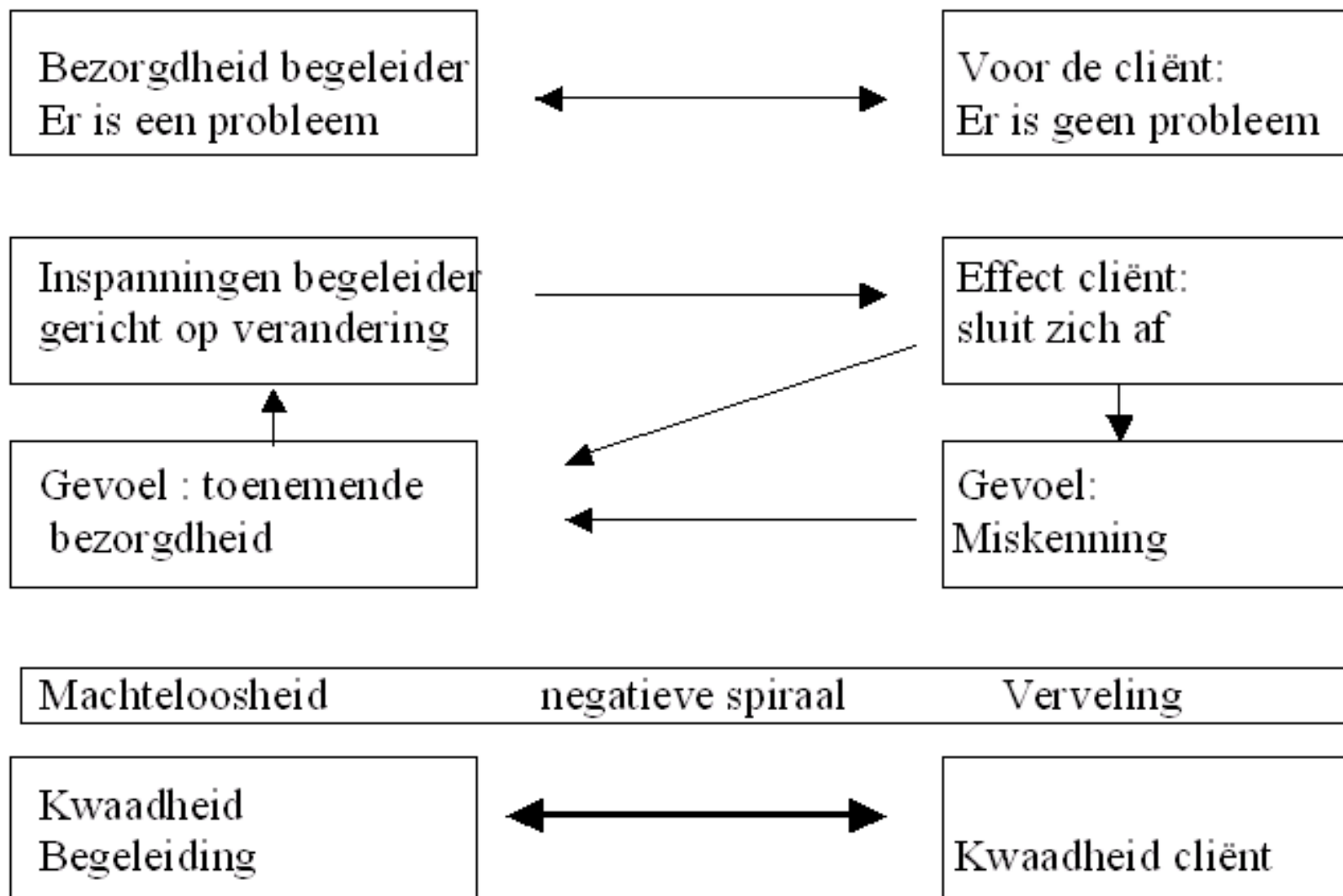


	Doelstelling
Beleid	Anticiperen via kader
Modelling	Tonen gewenste alternatieven
Grenzen stellen	Stoppen regeloverschrijding
Objectieve info/feedback	Leren (integreren)
Motiveren	Begeleiden van een keuze

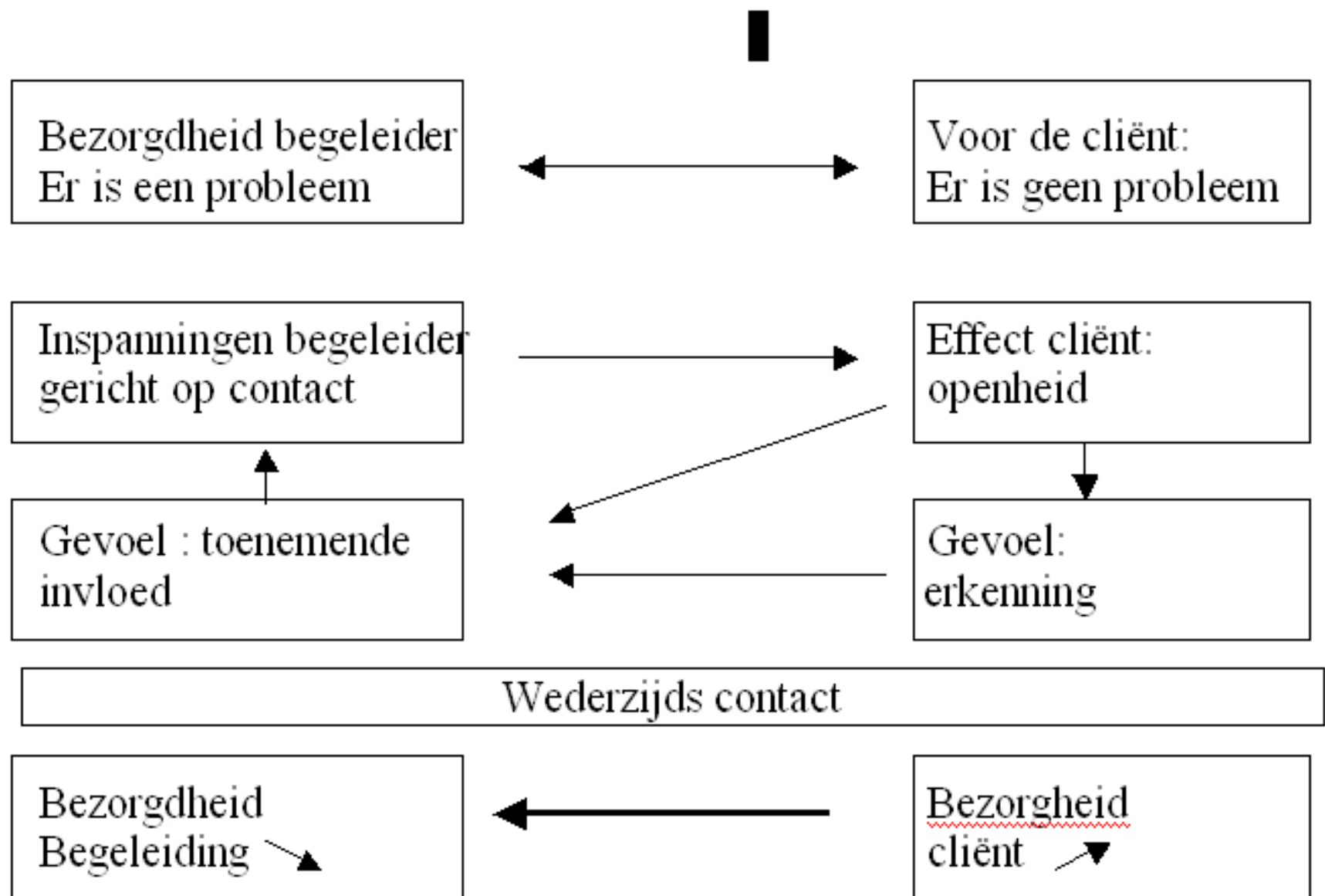
Wat werkt niet?



Valkuil van veranderingsdruk



Uitlokken van verandering





Het pleidooi voor verandering komt vaak uit de verkeerde mond



Goede redenen
om te liegen?

Mensen hebben
(voor zichzelf) goede
redenen om niet te
veranderen

“excuses”
bevatten
waarden

Redenen om niet (van gedacht) te veranderen



- (Nog) niet weten waar je naar toe wil
(geen zicht op potentiële winst/verlies-balans)
- Dilemma's (er is pest én er is cholera)
- Angst voor het verlies van voordelen (je weet wat je hebt, niet wat je krijgt...) of angst voor nadelen
- Onzekerheid tav haalbaarheid doel (praktische besognes rond de haalbaarheid van de nodige stappen)
- Gewoontevorming tav de nadelen
(‘het valt best mee, ben nog niet ziek geworden’)



Wat is mijn doelfoto?

“Iedereen laat zich vaccineren”

Wat is de probleefoto van de ander?

Wat heeft de
ander nodig?



Basisnoden
(Ryan en Deci; cfr Maarten Van Steenkiste)

Nood aan
autonomie
A

- Initiator zijn van eigen acties
- Zelf aan basis liggen van gedrag

Nood aan
verbondenheid/
betrokkenheid
B

- Geliefd worden door anderen
- Goede, close relaties hebben

Nood aan
competentie
C

- Gedrag tot een goed einde kunnen brengen
- Controle hebben over uitkomst gedrag

Motiveren = invloed hebben
≠ gelijk hebben



Van buiten naar binnen praten ?

Van binnen
naar buiten
luisteren ?

Reddingsreflex ↔ Motiveren

De persoon redden door hem het juiste gedrag voor te schrijven

- adviseren
- overtuigen
- argumenteren
- doen toegeven / afdwingen

Activeren van de eigen motivatie tot verandering

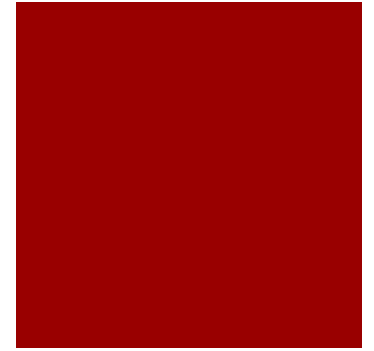
- exploreren
- informeren
- ontlokken
- autonomie/eigen verantwoordelijkheid

Motiveren is luisteren



- Verandertaal ontlocken:
 - Ontlokkende vragen stellen
 - Informatie uitwisselen //delen // samen bekijken
- Verandertaal (sprokkels twijfel) versterken:
 - Reflecteren “Je bent boos...” “Je vertrouwt het niet”
 - Samenvatten “Je wil zelf controle én het beste voor de anderen”
 - Bevestigen “Het houdt je bezig” “Je wil niet naïef zijn”

Luisteren = vragen stellen



Maar:

- **Niet** om het te weten te komen...
- **Niet** om ander op een fout te betrappen....(die we dan snel corrigeren)
- **Niet** om ons (tegen)argument aan vast te knopen....

wél om de ander te laten denken;

wél om hem/haar zélf verandertaal te laten uitspreken

Is ruimte te geven om te durven twijfelen

Soms is stilte de meest zinvolle vraag!



Ontlokkende vragen

Voorbeelden:

Waar maak je je het *meest* [*minst*] zorgen over?

Wat vrees je het meest [*minst*] als je je niet laten vaccineren?
En als je dat wel doet?

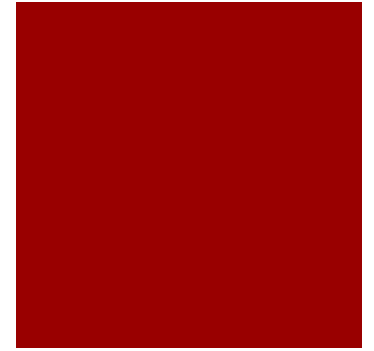
Hoe gaat het volgens jou verder met corona?

Welke dingen wil je bereiken door je (niet) te laten
vaccineren?

Hoe hoop je zelf gezond te blijven?

Hoe kan jij bijdragen tot meer veiligheid?

Ontlokkende vragen



- Vooruit kijken, toekomstgerichte vragen
- Concretiseringsvragen
- Maak een lijst van de *voor- en nadelen* van ...
- Differentiëringsvragen/vragen naar de uitzondering
- Gereedheidslinialen (schaalvragen)

Bevestigen



- Oprechte woorden van waardering (ook voor de twijfel)

- Manier om **zelf-effectiviteit** te ondersteunen
 - De worsteling, de inzet, de moeilijkheden
 - De successen
 - De sterktes en de vaardigheden
 - De hoop en de **waarden** (Zeker als er ook oog is voor de ander, het algemeen belang!) d.i. **niet evident vanuit angst**

Hoe omgaan met “weerstand”?



Jezelf bevragen (“Sleur ik niet te hard?”)en eventueel van strategie veranderen.

reflecteren - begrip tonen (\neq gelijk geven)

persoonlijke keuze te benadrukken : AUTONOMIE

herbenoemen/herkaderen/normaliseren (“**Dit is voor iedereen een nieuwe situatie**”)

metacommunicatie “**Hierover praten lijkt bedreigend voor jou**”

Paradoxale aanpak.



Niet reageren... biedt ruimte voor denken

'Ga naar het balkon'
'Ga naast hem staan'

Help kijken, eerder dan zelf te spreken

Als we toch advies geven...



1. Wees niet te rap...

2. Wees ‘onpersoonlijk’ ... “Voor sommigen helpt...”

3. Geef niet één advies... paar opties

4.

**Noem een aantal mogelijkheden op
waardoor het slechter kan worden**