

Ontwikkelen met Theory U

Een procesmodel voor complexe puzzels, trage vragen & transformaties



Systemisch Perspectief

Ontwikkelt Leiderschap

Inhoud

- Een ander perspectief
- Waarvoor gebruiken?
- Mogelijke vragen voor een U-proces
- Oorsprong & Essentie
- De stappen in de U
- Zelf proeven?
- 7 tips bij het leiden van U-processen



Juist drukte en hectiek vraagt om terugschakelen
en stil gaan zitten (of er op uit trekken)
om een ander perspectief in te kunnen nemen



Een nieuw perspectief

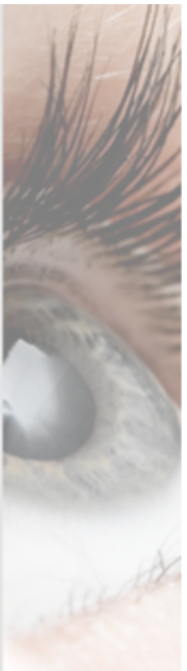


Problemen lossen we graag snel op. Thuis, op het werk en in onze samenleving. En dus maken we veelvuldig en als eerste gebruik van alles wat we al weten, geleerd hebben, via google vinden, etc. Gelukkig maar: dat scheelt een hoop tijd en gedoe!

Maar je kent je ze wel... de dingen die niet zo maar over gaan. Een hardnekkige gewoonte, een lastige samenwerking, een complexe puzzel,...

Meer van van wat we eerder al geprobeerd hebben, gaat niet helpen... Er wordt iets wezenlijks anders gevraagd. En hoewel je misschien ook nog een beetje tegenstribbelt, weet of beter gezegd voel je eigenlijk ook wel dat het tijd is.

In dat geval: stap mee in de U en verras jezelf met een nieuw perspectief!

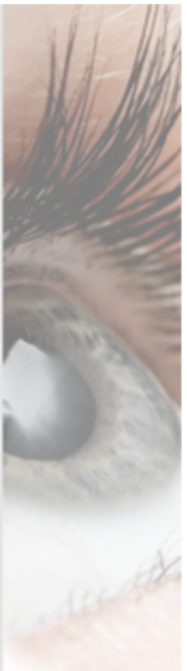




Vraag  Oplossing



Tot de kern komen... sprong naar nieuw inzicht





Waarvoor gebruiken?

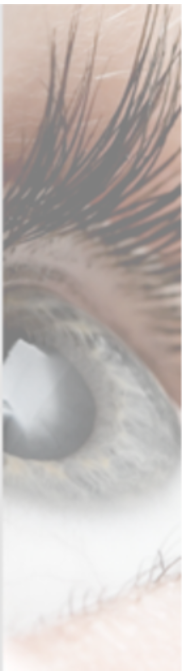


- Als 'het gebruikelijke recept' niet werkt
- Je nog niet weet wat er op tafel moet komen
- Je een zekere complexiteit of weerbarstigheid ervaart
- Je ergens wel aanvoelt dat er 'iets anders' nodig is om een nieuwe recept te creëren

Mogelijke vragen voor een U proces



- Hoe vind ik in alle drukte meer ruimte voor innovatie?
- Hoe kan ik meer vanuit mijn eigen kracht werken?
- Hoe doorbreken we als team een taai patroon in de onderlinge samenwerking?
- Wat hebben we echt anders te doen om 'toeslagenaffaires' te voorkomen?
- Hoe gaan we als maatschappij duurzaam leven met corona?



Oorsprong en Essentie



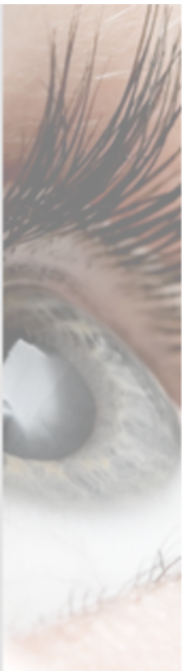
Ontwikkeld door Otto Scharmer (M.I.T.)

Theory U is geïnspireerd door:

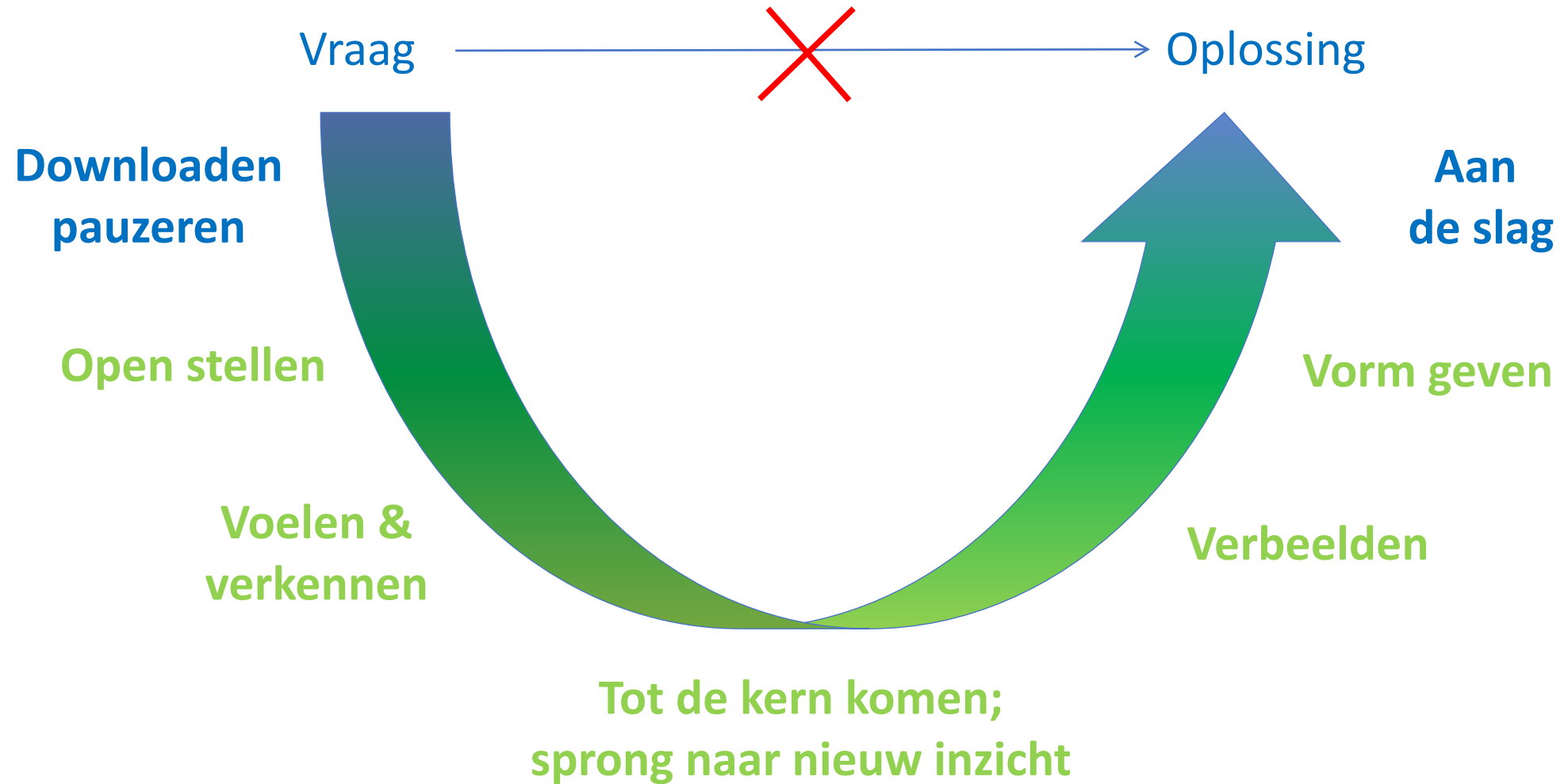
- De Antroposofie van o.a. Rudolf Steiner
- Het Systeemdenken van o.a. Peter Senge
- Systemisch werken van o.a. Bert Hellinger

Aandacht voor meer bronnen dan alleen ons Brein:

- Appèl om ook onze Ogen, Hart, Buik, Handen,... explicieter in te zetten
- Oog voor het geheel en de verbanden
- Mix van zichtbaar waarnemen en intuïtief waarnemen
- Maar wel in een gestructureerde aanpak



Theory U - Fasen



De linkerhelft – in de U zakken

1. **Downloaden pauzeren:** tijdelijk stoppen met herhalen van bestaande kennis en inzichten.
2. **Open stellen:** aandachtig waarnemen (zichtbaar en intuïtief) vanuit een 'open mind'. Loslaten van oude zekerheden, andere dingen zien, andere interpretaties geven,...
3. **Voelen en verkennen:** met empathie - vanuit het hart – luisteren, voelen, ervaren. Je verplaatsen in anderen, je verbinden met andere situaties,...
4. **Tot de kern komen:** in het hier en nu beseffen waar het echt om draait: wat er in essentie gevraagd wordt, wat zich aandient, wat het nieuwe 'principe' is... *sprong naar nieuw inzicht*



De rechterhelft – omhoog in de U



5. **Verbeelden:** eerste ideeën over de toepassing van nieuwe inzichten, schetsen maken, scenario's creëren, recepten bedenken. Het gevoel krijgen van 'hier moet ik iets mee doen!'.
6. **Vorm geven:** experimenteren, uitproberen, een 'prototype' maken, testen, voorproeven, bijstellen. én... contact blijven houden met de kern, het fundament, de bron.
7. **Aan de slag:** je nieuwe oplossingen met drive en verve in de wereld zetten... het gerecht op tafel!

Zelf proeven aan de U?

Laat je verrassen
via deze

Geleide Meditatie

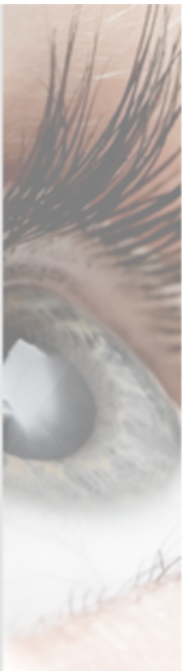


7 tips bij het leiden van U processen



Motto: “Niet invullen, wel sturen!”

- ❖ Op de ‘scope’ van de vraag: ruimte gevend, maar niet te ruim!
 - ❖ Op wie bijdragen: de kernspelers en wie nog meer?
 - ❖ Op het proces: hoe gaan we de stappen doorlopen!
 - ❖ Op de condities: de grond rijp maken, de tijd nemen,...
 - ❖ Op commitment voor een U-aanpak ‘in de top’.
-
- ❖ Voorgaan in het ‘nog even niet weten’, je open stellen, je laten verrassen.
 - ❖ Vertrouwen geven en houden (verduren).



Meer weten of een traject op maat?



Sam Dousi

sam@systemischperspectief.nl

0612548524

www.systemischperspectief.nl

www.diaventie.nl



Systemisch Perspectief

Ontwikkelt Leiderschap