



## Tips: Omgaan met weerstand

In de meeste teams roepen trainingen, projecten en trajecten eerder weerstand dan enthousiasme op. Geen wonder, 95% van de medewerkers vindt zichzelf gastvrij. Dit noemen wij gastvrijheidsarrogantie. Je spreekt mensen dan aan op een blinde vlek of vraagt een kwaliteit te verbeteren. Daarnaast zal het niet de eerste keer zijn dat het thema op de agenda staat. Misschien was de vorige interventie niet zo prettig of heeft het weinig opgeleverd. Weerstand is ervaring. Hierbij een aantal tips hoe je om kan gaan met weerstand:

1. Krijg weerstand niet onder maar op tafel!
2. Ga jezelf niet te snel verdedigen, of argumenteren. Het leidt meestal meer tot een soort 'loopgravenoorlog' dan tot een goed gesprek.
3. Stel vragen: 'Wat bedoel je?', 'Licht eens toe.', 'Hoe kijken de anderen hiernaar?'
4. Toon begrip. En voel het ook echt!
5. Geef informatie of zeg toe deze op te zoeken. Veel weerstand is op te lossen als mensen meer begrip hebben van de situatie, meer weten van wat er speelt
6. Als iemand ergens tegen is: 'Wat zou jij willen voorstellen?'
7. Koppel de procedure en de inhoud los van jou als persoon; stel je op als een neutrale voorzitter die het proces begeleidt maar niet zijn mening geeft.
8. Vat veel samen zowel op de inhoud als op het gevoel van de deelnemers: 'Als ik het nu samenvat, dan begrijp ik dat...'
9. Speel bij lastige deelnemers via de band: 'Wat vindt de rest ervan?'
10. Zoek overeenkomsten in jullie mening.
11. Geef aan dat je de mening waardeert en meeneemt in het maken van het plan.

Leestip: [Gedoe komt er toch - Joop Swieringa](#)