NODIG?

Deelsessie

Sport, inclusie & gedrag

DUWTJE

GELDERSE SPORT FEDERATIE
23 NOVEMBER 2023

Al mot ik krupe!

Noor Elshof
Gedragsexpert

Duwtje **Zutphen**

SAMEN IN GESPREK

Mentale gezondheid bij kinderen (0-12)

OPEN OVERHEID

Auto-
mobilisten
uit de auto
en op de
fiets of in
het OV

Wie maakt er wel eens een goed voornemen?

80%

heeft goede voornemens…

8%

Hoeveel
maakt ze waar?

Welkom in de wereld van **gedragsverandering**

Waar denken jullie aan bij het woord

Gedragsverandering

Gedrag dat je **zelf** zou willen veranderen

Gedrag dat je **in de organisatie** zou willen veranderen

Waarom is inclusie belangrijk?

1

Need to belong

2

Gezondheid

TODAY!

Flitscollege brein

Waar begin je?

Drie duwtjes voor gedragsverandering

Wat is de volgende stap?

FLITSCOLLEGE
COLLEGE FLITS
GE FLITSCOLLE
OLLEGE BREIN B

Hardop antwoord geven, oké?

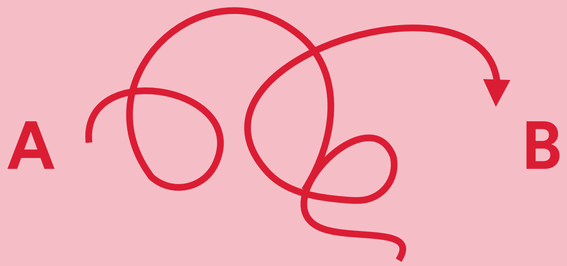
SNEL: ROEP EEN KLEUR & BEN JE HOOFDSVOOR? GEREEDSCHAP!

“Dus jij kan mijn gedachten lezen?”

Nee natuurlijk niet!

Systeem 1

Systeem 2



RATIONEEL

AUTOMATISCH

Vooral automatisch

KAN JIJ
DEZE ZIN
ZIN LEZEN?

HET IS DZELDFE REDNE
DTA JE IN SATAT BNET DZEE
ZNI TE LEZNE

We zijn liever snel

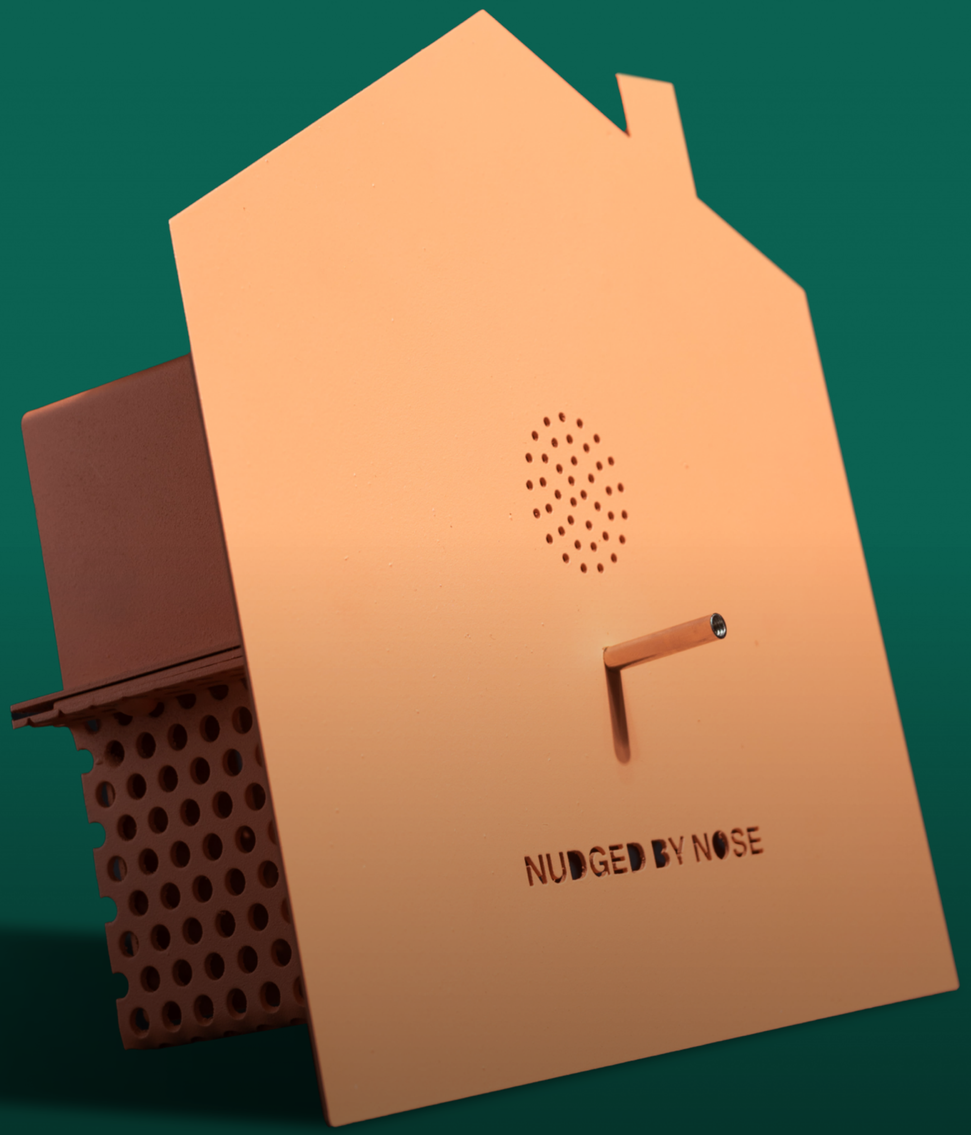
Dan 100% correct

PYM KITCHEN
QUATRE SPIDER-BOTS MALICIEUX SE SONT ÉCHAPPÉS DE L'ATELIER W.E.B. ! AIDE-NOUS À TOUS LES RETROUVER AVANT QU'ILS NE FASSENT DES DÉGÂTS !
FOUR MISCHIEVOUS SPIDER-BOTS HAVE FLED FROM THE W.E.B. WORKSHOP! FIND THEM ALL BEFORE THEY CAUSE A MESS!
Cassie Lang

Intentie
Gedrag

Citroengeur

Als priming



Minder bijplaatsing,
daling van 13%

Minder zwerfafval in de wijk
daling van 24%

5x meer
Franse wijn

Please don't stop
in the green lanes
This trial aims to help improve reliability
and safety by reducing congestion
TRANSPORT
FOR LONDON
MAYOR OF LONDON

Zou je in een kamer blijven zitten waar brand uitbreekt?

Zou jij met iemand trouwen die je zojuist aan het altaar ontmoet?

Zou jij op verzoek een vreemde elektrocuteren?

T O
P E
E C
F C

Gedrag veranderen is geen trucje, het is **een andere manier van denken**

DE EERSTE STAP

bij gedragsverandering

Bewustwording inclusiviteit

Inclusieve sportclub

Interculturele interactie binnen sportclub vergroten

Leden **melden zich vrijwillig aan** als cultuurambassadeur

Kleine stappen
voor groots resultaat

Sta in de **(sport)schoenen**
van jouw **doelgroep!**

DIT BORD
BESTAAT
NIET
maar
het
staat
bijna
overal.
DE ZONNE BLOEM
Op weg naar een toegankelijk
Nederland. Kijk op zonnebloem.nl

DRIE DUWTJES

voor een inclusieve sportclub

Givenchy
Givenchy

LAAT ZIEN WAT ANDEREN DOEN

KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP

We willen *erbij* horen

KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP

KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP

DESCRIPTIEVE NORM

Wat *iedereen* doet

INJUNCTIEVE NORM

Wat je *zou moeten doen*

KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP

KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen

KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen

KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP

KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen

Vrouwen in het tophockey verdienen 5 tot 10 keer minder dan mannen; meer dan 80% het sponsorgeld gaat naar mannen; vrouwen hebben minder faciliteiten tot hun besch en de bestuurslagen in de sport worden gedomineerd door mannen. Dit terwijl tweed

Sociale invloed
komt niet
alleen vanuit de
meerderheid.

GEBRUIK

ROLMODELLEN

KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP

Passen jullie deze techniek weleens toe?

Wie kies je dan?

Gelijke anderen

KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP

lainey molnar
woman
empowerment
illustrator &
content creator

equals

www.equals.amsterdam

KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP

KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP

ROLE
REAL
MODELS
"Vrijheid is zelf kiezen van wie je houdt."
– Tamara
#connectingwithpride

ROLE
REAL
MODELS
"Vrijheid is voor mij de onafhankelijkheid om te zijn wie ik wil zijn."
– Thijs
#connectingwithpride

ROLE
REAL
MODELS
"Vrijheid is voor mij dat ik met mijn vriendin twee kinderen heb gekregen."
– Linda
#connectingwithpride

Hoe kies je het
juiste voorbeeldfiguur?

Dit onderzoek je in de

gedragsanalyse!

PRACTICE WHAT YOU PREACH

KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP

Wie A zegt,
wil ook B zeggen

KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen

KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP

KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen

Duizenden gratis kaarten voor ‘LIVE EED’ op uitverkochte Zwarte Cross

KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP Normen KNOP

AAN DE SLAG

“Hoe zorg je voor een **inclusieve sportclub,** waar iedereen zich welkom voelt?”

Een duwtje voor jouw sportclub! (5 min)

1. Verzin een boodschap
2. Welk middel zet je in?
3. Waarom gaat dit werken?

Hey buurman!
In tweetallen

Kies een doelgedrag

Laat zien wat anderen doen

Gebruik rolmodellen

Practice what you preach

DE VOLGENDE STAP

in duurzame verandering

Gedragsanalyse
is cruciaal,
knippen en plakken
is niet effectief

Waar denken jullie aan bij het woord

Gedragsverandering

Gedrag dat je **zelf** zou willen veranderen

Gedrag dat je **in de organisatie** zou willen veranderen

Verder verdiepen in **gedragsverandering**? Dat kan!

Check ons populaire boek via duwtje.com

Duwtje nodig?

noor@duwtje.com