

Bereikte betekenisvolle progressie

- Focus op bereikte progressie gaat niet vanzelf. Progressie blijft vaak onzichtbaar
 - O.a. vanwege de Negativiteitsbias
 - Betekenis: het negatieve valt ons eerder op, beïnvloedt ons sterker en blijft beter hangen
 - Universeel verschijnsel al zijn er individuele verschillen
- Het progressieprincipe: progressiemonitoring is een tegenmaatregel tegen de negativiteitsbias
 - Energie-gevend: herbeleving positieve emotie
 - Besef dat er dingen goed gaan ondersteunt je gevoel van competentie
 - Positieve emoties maken je creatiever: je doet ideeën op
- Meerwaarde van het samen bespreken van progressie
 - Door het moeten uitleggen krijg je bewuster zicht op wat jij deed dat werkte
 - Besmettelijkheid van positieve emoties: je steekt elkaar aan
 - Gevoel van verbondheid: herkenning, elkaar beter leren kennen, nuttige informatie-uitwisseling



Benutten van het progressieprincipe

Voor jezelf

- [Progressiedagboek](#)
- Apps, zoals [Idonethis](#)

Met collega's/vakgenoten

- [Progressielunch](#)
- [Progressiegerichte intervisie](#)

In teams

- Startgesprekjes tijdens vergaderingen
- [Progressiepresentaties](#)
- De [cirkeltechniek](#)

