

## **Wetenschappelijke onderbouwing van 'Check je Gesprek'**

### Wetenschappelijke onderbouwing van 'Check je Gesprek'

Check je Gesprek is een laagdrempelige zelfscan die professionals uitnodigt tot reflectie op hun gespreksstijl. De scan is gebaseerd op wetenschappelijk onderbouwde principes uit de motiverende gespreksvoering, gedragsveranderingstheorie en professionele ontwikkeling.

#### 1. Motiverende gespreksvoering (MI) als basis

De vragen en feedback sluiten aan bij de uitgangspunten van Motivational Interviewing (Miller & Rollnick, 2013), waarin autonomie, samenwerking en evocatie centraal staan. De gespreksstijl is gericht op het versterken van intrinsieke motivatie en eigenaarschap.

#### 2. De 0-4 scoreverdeling

De schaalstructuur is ontleend aan de Behavior Change Counselling Index (BECCI), een gevalideerd observatie-instrument voor het beoordelen van motiverende gespreksvoering in de praktijk (Lane et al., 2005; Rollnick et al., 2010). De vijfpuntsschaal maakt het mogelijk om groei en nuance zichtbaar te maken.

#### 3. Reflectieve vragen als leerinstrument

De vijf kernvragen zijn afgeleid van fundamentele principes uit de zelfregulatie- en reflectieliteratuur (Schön, 1983; Mezirow, 1997). Ze richten zich op houding, intentie, procesbewustzijn en leerbereidheid. Daarmee stimuleren ze betekenisvolle zelfevaluatie.

#### 4. Ondersteunende theorieën

De scan sluit aan bij het OARS-model (Open vragen, Affirmatie, Reflectie, Samenvatting) en theorieën over self-efficacy (Bandura, 1977) en feedbackgeoriënteerd leren (Hattie & Timperley, 2007). De toepassing van gespreksfeedback in deze vorm is laagdrempelig, maar krachtig.

#### 5. Toepassing en relevantie

Check je Gesprek is geschikt voor professionals in zorg, onderwijs, HR en begeleiding. De scan biedt een ingang tot verdiepende reflectie en vormt een logische opstap naar observatie of vaardigheidsfeedback op basis van de BECCI- of MITI-systematiek.

#### Referenties (APA-stijl)

- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
- Hattie, J., & Timperley, H. (2007). The power of feedback. *Review of Educational Research*, 77(1), 81-112.

- Lane, C., Huws-Thomas, M., Hood, K., Rollnick, S., & Edwards, K. (2005). Measuring adaptations of motivational interviewing: The development and validation of the Behavior Change Counselling Index (BECCI). *Patient Education and Counseling*, 56(2), 166-173.
- Mezirow, J. (1997). Transformative learning: Theory to practice. *New Directions for Adult and Continuing Education*, 74, 5-12.
- Miller, W. R., & Rollnick, S. (2013). *Motivational Interviewing: Helping People Change* (3rd ed.). New York: Guilford Press.
- Rollnick, S., Miller, W. R., & Butler, C. C. (2010). *Motivational interviewing in health care: Helping patients change behavior*. New York: Guilford Press.
- Schön, D. A. (1983). *The Reflective Practitioner: How Professionals Think in Action*. New York: Basic Books.