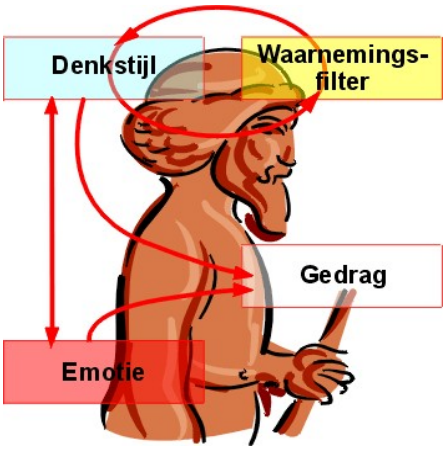
De denkstijltest

Wat is het?
Uw manier van denken bepaalt in sterke mate hoe u zich voelt en hoe u handelt. Dat geldt voor individuen, maar ook voor teams en organisaties. Metaprofiel Analyse® (MPA) is een methode waarmee denkstijlen gemeten kunnen worden: een soort röntgenapparaat voor het menselijk denken. MPA meet niet *wat* u denkt, maar *hoe* u denkt. MPA brengt uw persoonlijke denkstijl – of die van uw team of uw organisatie – in kaart.

Wat doet het?
MPA legt u vragen en keuzes voor. Zo zoekt het naar patronen in hoe u denkt. Van die patronen maakt het grafieken en rapporten. Bovendien meet het hoe lang u over het beantwoorden doet (de reactietijd). MPA geeft uw manier van denken weer in dertien facetten of dimensies, ook wel 'metaprogramma's' genoemd. Samen geven ze een duidelijk beeld van uw persoonlijke, unieke denkstijl.

Wat wordt hier bedoeld met denken?
Met het woord 'denken' doelen we niet alleen op uw gedachten maar ook op wat u voelt en wat u doet. Denken, voelen en doen hangen in sterke mate met elkaar samen. Hoe u denkt bepaalt wat u opvalt en wat u ontgaat: uw denkstijl zet als het ware een filters voor wat u in uw omgeving ziet en hoort. Uw denkstijl bepaalt uw filters en uw filters versterken uw denkstijl. Deze wisselwerking tussen denken en waarnemen bepaalt wat u voelt. Die drie dingen samen (wat u denkt, wat u waarneemt en wat u voelt) bepalen op hun beurt hoe u in een gegeven situatie handelt.

We gaan er overigens van uit, dat u in verschillende situaties heel verschillend kunt denken. Op uw werk bijvoorbeeld, denkt u misschien heel anders dan wanneer u met uw hobby of uw kinderen bezig bent. Daarom meet MPA altijd uw denkstijl *voor een bepaalde situatie.*

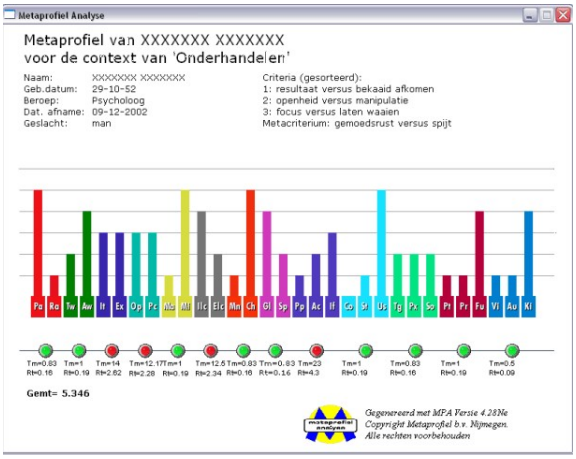


Samenhang tussen denken, waarnemen, voelen en doen

Wat wordt er precies gemeten?
Dit zijn de dertien aspecten van uw denken die MPA in kaart brengt:

1. *Proactief of reactief?*
   Ben ik meer een doener of een denker? Neem ik snel initiatief of overweeg ik eerst verschillende kanten van de zaak?
2. *Naartoe of weg van?*
   Word ik geleid door de doelen die ik wil bereiken? Of wil ik vooral problemen oplossen en moeilijkheden voorkomen?
3. *Interne of externe referentie?*
   Ga ik af op mijn eigen normen en waarden of ga ik op anderen af om te weten wat goed of fout is?
4. *Opties of procedures?*
   Denk ik meer in keuzemogelijkheden of denk ik meer in stappenplannen?
5. *Voldoet wel of voldoet niet?*
   Richt ik mijn aandacht op wat er goed gaat en wat er klopt of richt ik mijn aandacht op wat er niet goed gaat en wat er niet klopt?
6. *Controle binnen of buiten zelf?*
   Heb ik het idee dat ik mijn omgeving bepaal, of denk ik dat mijn omgeving mij bepaalt?
7. *Handhaving, ontwikkeling of verandering?*
   Houd ik van stabiliteit, houd ik van geleidelijke verandering of houd ik van snelle verandering?
8. *Globaal of specifiek?*
   Denk ik in grote lijnen of let ik op de details?
9. Mensen, activiteiten of informatie?
   Wat vind ik het belangrijkste? Relaties, handelingen of gegevens?
10. *Concept, structuur of gebruik?*
    Ben ik meer bezig met de essentie, met de samenhang of met de toepassing in de praktijk?
11. *Samen, nabijheid of alleen?*
    Houd ik van hechte samenwerkingsverbanden, van lossere teams of doe ik het liever helemaal alleen?
12. Heden, verleden of toekomst? Op welke van deze drie tijdsfactoren ben ik het meest gericht?
13. *Visueel, auditief of kinesthetisch?*
    Denk ik meer in beelden, meer in geluiden of meer in gevoelens?

Een voorbeeldgrafiek



Voorbeeld van een metaprofielgrafiek

Waar is MPA op gebaseerd?
MPA is ontwikkeld door het Instituut voor Eclectische Psychologie (IEP) te Nijmegen. Het IEP heeft jarenlang onderzoek gedaan naar de meting van denkstijlen en zo deze denkstijltest steeds nauwkeuriger en betrouwbaarder gemaakt.

Door wie wordt MPA gebruikt?
MPA kan overal worden ingezet waar het belangrijk is hoe mensen denken. MPA wordt gebruikt door coaches, therapeuten, loopbaanadviseurs, werving- en selectiebureaus, trainers, opleiders, teambuilders, managers en organisatieadviseurs, kortom: door mensen die andere mensen helpen om zich verder te ontwikkelen.

Coaching en MPA
Wanneer uw coach MPA gebruikt, meet hij meestal uw manier van denken in de situatie waarin u problemen heeft. Vervolgens bekijkt hij samen met u wat uw sterke en zwakke punten zijn in die situatie. Op die manier wordt het duidelijk wat de oorzaak is van uw problemen. Dat geeft aanknopingspunten voor verandering. Nu kunt u plannen maken om u de volgende keer anders op te stellen, zodat u beter gaat functioneren. Bovendien kunt u ontdekken met wat voor soort mensen en situaties u goed overweg kunt en waar u gemakkelijk conflicten kunt krijgen en vast kunt lopen. Op die manier kunt u zich beter ontplooien en eventuele problemen voor zijn.

Teambuilding en MPA
Wanneer de adviseur die uw team begeleidt MPA gebruikt, dan meet hij meestal eerst de denkstijl van ieder teamlid afzonderlijk. Vervolgens bespreekt hij met het team hoe deze denkstijlen tot wrijvingen en conflicten kunnen leiden, maar ook hoe ze elkaar kunnen aanvullen en ondersteunen. U gaat uw collega's beter begrijpen en uw collega's gaan u beter begrijpen. De adviseur kan ook met u bespreken wat de sterke en zwakke punten zijn van het team en hoe u daar rekening mee kunt houden. Eventueel kunt u met MPA ook bepalen aan wat voor soort nieuwe collega uw team het meest behoefte heeft.

Loopbaanadvies en MPA
Wanneer uw loopbaanadviseur MPA gebruikt, meet hij meestal uw manier van denken in de werksituatie. U of uw loopbaanadviseur weten wat er in bepaalde functies van iemand wordt verwacht. U gaat dan samen na in hoeverre uw manier van denken daar bij aansluit. Wat zijn in een specifieke functie speciaal voor u, met uw manier van denken, de kansen en de valkuilen? Als u dat weet, kunt u zich daar veel beter op voorbereiden. Ook kunt u samen met uw loopbaanadviseur terugkijken op vroegere werksituaties en aan de hand van uw metaprofiel nagaan waarom u in de ene soort functies floreert, terwijl u in de andere soort functies problemen krijgt.

Training, opleiding en MPA
Wanneer uw trainer of opleider MPA gebruikt, meet hij meestal uw manier van denken voor de situatie waar de cursus op gericht is. U gaat aan de hand van uw metaprofiel na, wat in die situatie uw sterke en uw zwakke punten zijn. Op basis daarvan kunt u bepalen of nader aanscherpen wat u precies wilt leren en wat u al kunt. In sommige gevallen kan de trainer de inhoud van de cursus zo aanpassen,dat die optimaal aansluit bij wat u wilt leren en bij uw manier van denken. Daardoor kunt u veel sneller en efficiënter leren.

Conflictbemiddeling en MPA
Conflicten ontstaan niet *alleen* door belangentegenstellingen. Negatieve beelden en emoties spelen een belangrijke rol. Als uw mediator MPA gebruikt bij conflictbemiddeling, meet hij de denkstijl van beide partijen. Hij vergelijkt ze met elkaar en bespreekt met de partijen gezamenlijk hoe hun verschillende manieren van denken het conflict versterkt hebben. U begrijpt beter waarom het conflict zo hoog is opgelopen. Bovendien laat hij zien hoe u beter met elkaar kunt communiceren, waardoor de belangentegenstelling kleiner gaat lijken. Zo komt u dichter bij een oplossing.

Organisatieadvies en MPA
Wanneer uw organisatieadviseur MPA gebruikt, zal het dikwijls gaan om cultuurverandering. De organisatieadviseur profileert eerst alle medewerkers (of een representatieve selectie). Vervolgens berekent hij het gemiddelde profiel met daarbij de gemiddelde afwijking (m.a.w. of dit aspect in uw organisatie veel of weinig uiteenloopt bij verschillende medewerkers). Eventueel kijkt hij ook naar de relatie tussen individueel profielen en het organisatieprofiel (gemiddelde). Op basis daarvan laat hij verbanden zien tussen de denkstijl van de organisatie en de kansen en bedreigingen die u ervaart. Zo kan uw organisaties sterker en flexibeler worden.

Meer weten?
Voor meer informatie over MPA kunt u terecht op www.mpacoach.nl of www.metaprofielanalyse.nl

Dirk Smit Coaching & Persoonlijke Groei

Prinses Beatrixstraat 26

5151 GT Drunen

Telefoonnummer (0416) 322277

Mobiel (06) 12259209

http://www.mpacoach.nl

email: coaching@dirksmit.nl