



WELLBEING
leadership



Vergroot de psychologische veiligheid

Hét geheim achter buitengewone teamprestaties!

Concrete tools voor leiders

Met wetenschappelijk onderbouwde Micro Habits verbeteren leidinggevenden in 5 weken de psychologische veiligheid, samenwerking en prestaties van hun teams.

De kracht van Micro Habits

Anders dan traditionele trainingen, breng je met dit programma dagelijks kleine, concrete acties in praktijk voor direct meetbare impact.



Dit levert het op

- ✓ **Psychologische veiligheid:** Teams durven open te communiceren en elkaar te ondersteunen.
- ✓ **Betere samenwerking:** Respect en vertrouwen versterken de teamdynamiek.
- ✓ **Hogere prestaties:** Innovatie en veerkracht leiden tot uitzonderlijke resultaten.
- ✓ **Gezond leiderschap:** Leiders vergroten welzijn en motivatie met meetbare impact.
- ✓ **Meetbare vooruitgang:** Inzicht in resultaten via het Management Dashboard.





WELLBEING
leadership



Waarom het werkt

- ✓ **Dagelijkse Micro Habits:** Eenvoudige, toepasbare stappen die een blijvend verschil maken in slechts 5 minuten per dag.
- ✓ **Meetbare impact:** Het programma start en eindigt met een wetenschappelijk onderbouwde vragenlijst.
- ✓ **Direct inzicht en effect:** Het Management Dashboard geeft je grip op de voortgang en laat de impact van leiderschap zien.

Wetenschappelijk onderbouwd

Gebaseerd op onderzoek van [Amy Edmondson](#) (Harvard) en [Google's Project Aristotle](#) ontwikkeld met experts zoals Hans van der Loo en Mirjam Altena.



Hans van der Loo

Spreker en auteur van Managementboek van 2024 *Giftig Gedoe op de Werkplek*.



Mirjam Altena

Organisatie coach, LEAN trainer en auteur van *De motor van de organisatie*.

Toegevoegde waarde



Habit Tracker

Houd voortgang bij en blijf gemotiveerd.



Gamification

Persoonlijke nudges, leaderboard en verdien beloningen.



Donatie aan een goed doel

Het winnende team kiest een goed doel.



Effectmeting

Meet psychologische veiligheid in je team.



Verdieping

Toegang tot 200+ bronnen, video's en feedberichten.



WELLBEING leadership



Programmadetails

Duur: 5 weken | **Tijdsinvestering:** 5 minuten per dag

Weekthema's:

1. Psychologische basisbehoeften
2. Diversiteit & Inclusie
3. Onbevreesde communicatie
4. Gelijkwaardig meedoen
5. Ondersteunend leiderschap

Kies wekelijks uit drie Micro Habits, waarvan één wordt aanbevolen op basis van de vragenlijst.

Sluit je aan bij



de volksbank



ABN-AMRO

VATTENFALL



TotalEnergies

Investing

€349 per deelnemer | Minimum: **20 deelnemers**

Daarvoor krijg je:

- Een app met 15 Micro Habits en 200+ verdiepende bronnen, video's en feedberichten.
- Vragenlijst voor leidinggevenden én hun teamleden.
- Toegang tot het Management Dashboard.
- Een donatie aan het goede doel van het winnende team.

Individueel doorgaan na afloop: **€49 per jaar**

Kick-off en wrap-up sessie samen: **€3000**

Habit Coaching (optioneel)

Onze Habit Coaches zijn on-demand beschikbaar via chat en helpen je om nieuwe gewoontes praktisch en duurzaam te implementeren in je dagelijks leven. Met continue accountability, persoonlijk advies en gerichte tips wordt het gewenste gedrag makkelijker vol te houden.

€1,50 per minuut (minimale afname 300 minuten)

Wat onze klanten zeggen



Richard Meijer
Director Health and Safety, Vattenfall



Amalia v. der Heijden
Senior HR Business Partner, Zilveren Kruis



Albert Binken
Manager IT, ABN AMRO Bank

Het is niet soft

Leidinggevenden hebben een cruciale voorbeeldrol in het creëren van psychologische veiligheid. Dat is niet soft maar gaat over duidelijke communicatie.

Fan van Micro Habits

Psychologische veiligheid is een randvoorwaarde voor goed functionerende teams. Gedragsverandering is lastig maar met Micro Habits maak je dat haalbaar. Ik ben fan!

Echt een aanrader

Het programma is zeer leerzaam. De app geeft je praktische tools die je direct kan toepassen in je team. Het zet je aan tot denken én doen. Echt een aanrader!



WELLBEING
leadership



Een team dat durft, presteert en groeit in slechts 5 minuten per dag!



Teams presteren niet optimaal door angst om fouten te bespreken.

Leiders worstelen met het creëren van veiligheid. Het gevolg? Stagnatie in innovatie en groei.



Een team dat open communiceert, elkaar ondersteunt en samen uitzonderlijke resultaten bereikt.



Leidinggevendens hebben net zo veel invloed op het welzijn van medewerkers als hun partner. Dus als je wordt uitgehuwelijkt als leider, neem dan je verantwoordelijkheid om te zorgen voor een hele veilige omgeving.

Jeroen Kemperman

Senior Manager Strategy & Business Development
Zilveren Kruis

Contact

Ontdek hoe je met Micro Habits jouw organisatie transformeert.
Vraag een gratis demo aan of start direct met een pilot.

Neem vandaag contact op met Rob van Drunen via
rob@themicrohabitcompany.com



Zilveren Kruis

Dit programma is onderdeel van Wellbeing Leadership, een initiatief van The Micro Habit Company en Zilveren Kruis.

Wij geloven dat leiderschap dé sleutel is tot een gezonde werkcultuur, waarin het welzijn van medewerkers centraal staat als basis voor duurzaam succes. Met wetenschappelijk gevalideerde Micro Habit programma's creëren we krachtige gedragsveranderingen die duurzaam leren en groei mogelijk maken.

De Wellbeing Leadership Alliantie is ons innovatielab waarin leiders, onderzoekers en organisaties samenwerken om leiderschapsgedrag te transformeren. Door co-creatie, experimenten en datagedreven inzichten ontwikkelen we schaalbare en concreet toepasbare oplossingen die aantoonbaar bijdragen aan welzijn en duurzame groei.

Wil je ontdekken hoe dit werkt en hoe jouw organisatie kan aansluiten? Neem contact op met Rob van Drunen via rob@themicrohabitcompany.com