

# GESPREKSPLANNER

---

Gebruik het volgende werkblad om jouw volgende Crucial Conversations te plannen (grote belangen, tegengestelde meningen, sterke emoties).

## Loskomen

Met wie is de Crucial Conversation en waar gaat die over?

Kies met behulp van IPR het juiste probleem om te bespreken. Identificeer:

- Inhoudsproblemen:

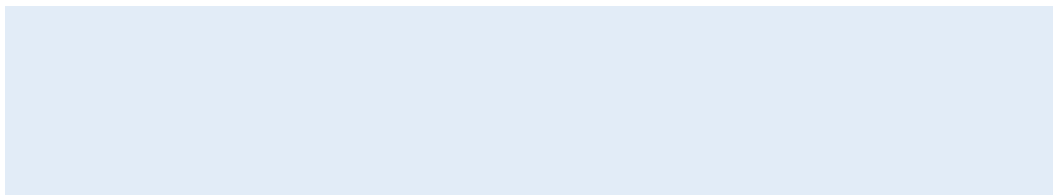
- Patroonproblemen:

- Relatieproblemen:

Wat is het juiste probleem dat je moet aanpakken om los te komen?

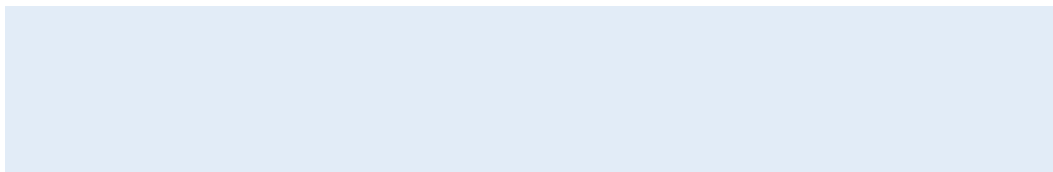
## Mijn verhalen beheersen

Welke verhalen vertel jij jezelf over de situatie of de persoon (slachtoffer, schurk, hulpeloze)?

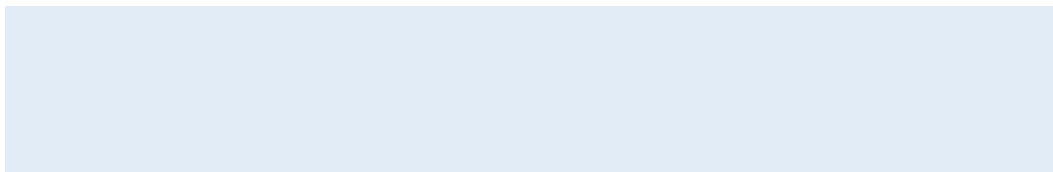


Daag je negatieve verhalen uit door de rest van het verhaal te vertellen. Vraag jezelf af:

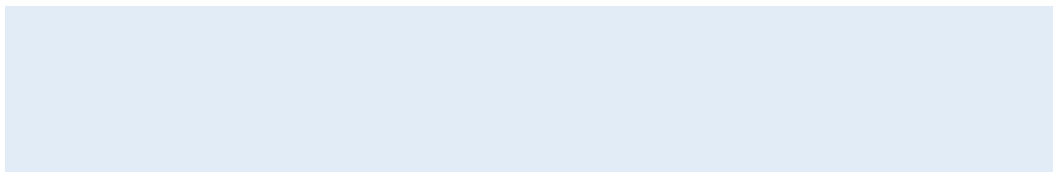
- Wat is mijn rol?



- Waarom zou een redelijk, rationeel, fatsoenlijk mens dit doen?



- Wat moet ik nu doen om te bereiken wat ik wil?



## Start vanuit je hart

Zorg voor een goede intentie door jezelf af te vragen:

Wat wil ik echt . . .

- Voor mezelf?

- Voor die andere persoon?

- Voor de relatie?

- Voor de organisatie (indien van toepassing)?

Hoe kun je je goede intentie delen aan het begin van het gesprek?

## Start mijn route

Maak een script voor hoe je het gesprek begint. Start met feiten, vertel dan jouw verhaal en zorg ervoor dat je eindigt met een vraag die de ander uitnodigt tot dialoog.

MIJN FEITEN	MIJN VERHAAL	DE VRAAG DIE IK STEL

### **Maak het veilig**

Bedenk hoe de ander je intentie verkeerd zou kunnen opvatten. Wat is een tegenstelling die je zou kunnen gebruiken?

### **Leer te kijken**

Hoe ga je in dit gesprek om met je Stijl Onder Stress (vluchten, verbaal vechten, beide)?

### **Zoek een gezamenlijk doel**

Indien van toepassing: op welke manieren ben je het oneens met de andere persoon? Wat is jouw doel? Wat denk je dat het doel van de ander is? Hoe zou je kunnen zoeken naar een wederzijds doel?

### **Verken hun route**

Hoe zou je de VSSV-vaardigheid (Vragen, Spiegelen, Samenvatten, Voorzet geven) kunnen gebruiken om de andere persoon te helpen met jou in dialoog te gaan?

Indien van toepassing: welke feedback heeft de andere persoon voor jou? Hoe kun je ABC gebruiken (Akkoord geven als je het eens bent; Bouw op overeenkomsten, niet op verschillen; Constateer verschillen in plaats van fouten)?

## Kom in actie

Welke acties zullen/mogen het resultaat zijn van dit gesprek?

- Wie:

- Doet wat:

- Voor wanneer:

- Hoe ga je het opvolgen: