

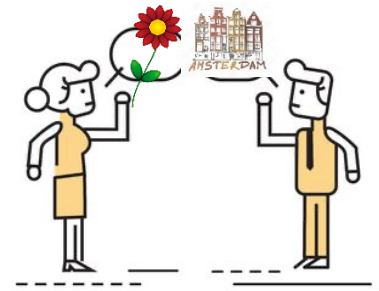
Let's talk

Doel van Let's Talk?

Let's talk is een krachtige, eenvoudige gesprekstechniek. Bij deze techniek stuur je niet aan op consensus of een overeenkomst tussen de partijen, maar juist op het naar boven halen van wat er dwars zit. Bij wrijving en beweging komen knelpunten naar boven die anders verborgen zouden blijven en juist deze informatie kan leiden tot verdiepende inzichten.

Er zijn 3 varianten: Tussen kanten- tussen mensen – by proxy

Bij de variant 'tussen kanten' heb je geen veiligheidsregels nodig!



Uitgangspunten: “Het gaat om ONS”

- O Onze relatie blijft! We gaan dit proces in om er samen uit te komen. Om onze relatie te verbeteren. Is de samenwerking al opgezegd of gaan jullie scheiden? Dan hoef je dit gesprek niet te voeren.
> Spreek uit dat de wens er is om jullie relatie te behouden.
- N Niemand heeft monopolie op de waarheid! Iedereen is anders, we kijken allemaal anders tegen dingen aan. Waar de één een enge, vieze muis ziet, zie de ander een klein schattig knaagdier.
> Spreek af dat niemand de waarheid claimt.
- S Samen groeien! Deze methodiek zorgt ervoor dat er zaken naar boven komen, die eerst verborgen waren. Dit biedt ons de kans om samen te groeien tijdens dit proces. Je leert iets over jezelf, over de ander en over jullie relatie.
> Ga akkoord om open te staan voor groei.

Begin

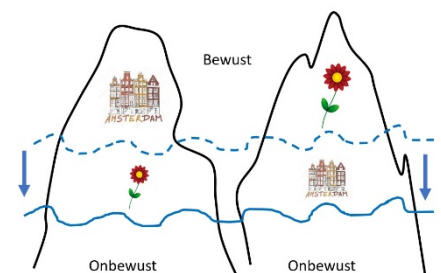
Kies een onderwerp. Tip als je dit voor het eerst doet, kies een gemakkelijk onderwerp. Om de methode te leren kennen.

Stap 1: Maak spelregels

Zorg dat beide partijen dit gesprek willen voeren. Bespreek met elkaar de uitgangspunten. Het gaat om ONS! Voeg eigen regels toe aan de bestaande regels.

Stap 2: Zeg Alles!

Zeg alles wat je te zeggen hebt. Wees direct, niet beleefd, hou je niet in. De éne persoon spreekt terwijl de ander luistert. Doe dit totdat de ander is uitgepraat. Wissel dan van rol. Ga je niet verdedigen. Ga door tot alles gezegd is. Als jullie jezelf gaan herhalen, wordt het tijd om deze stap af te ronden.



Stap 3: Wat raakt je?

Geef aan wat je geraakt heeft van alles wat er gezegd is. Het maakt niet uit wie het gezegd heeft. Woorden hoeven ook niet letterlijk zijn. Welk stuk hiervan is waar en welk inzicht haal je eruit?

Als een van de partijen zich toch weer gaat verdedigen, is stap 2 niet volledig afgerond en ga je terug naar stap 2, totdat wel alles is gezegd.

Stap 4: Los het probleem op.

Ga terug naar het probleem wat jullie wilde oplossen en gebruik de input die net naar boven is gekomen. Beslis aan de hand van de inzichten uit stap 3 wat je met elkaar wilt afspreken.