

Studieschema voor oefening en herhaling

Dit schema kan u helpen om uw nieuwe vaardigheden te integreren in uw werk en uw privéleven. Op de volgende pagina's ziet u aanvullende activiteiten die u zelf, met uw team of met uw organisatie kunt doen om ook in de toekomst goede resultaten te boeken met uw accountabilitygesprekken.*

W	Deelnemersset	Boek	Audioprogramma	Contractkaarten
1	Bestudeer <i>Loskomen</i>	Inleiding		Loskomen
2	Doe de oefeningen met een medecursist		Disk 1: Wat is een accountabilitygesprek?	
3	Bestudeer <i>Start vanuit uw hart</i>	Hoofdstuk 1		Start vanuit uw hart
4	Doe de oefeningen met een medecursist		Disk 1: Kies Welke en Of	
5	Bestudeer <i>Mijn verhalen beheersen</i>	Hoofdstuk 2		Mijn verhalen beheersen
6	Doe de oefeningen met een medecursist		Disk 2: Mijn verhalen beheersen	
7	Bestudeer <i>Beschrijf de kloof</i>	Hoofdstuk 3		Beschrijf de kloof
8	Doe de oefeningen met een medecursist		Disk 4: Beschrijf de kloof	
9	Bestudeer <i>Maak het veilig</i>	Hoofdstuk 6		Maak het veilig
10	Doe de oefeningen met een medecursist		Disk 3: Maak het veilig	
11	Bestudeer <i>Diagnose</i>	Hoofdstuk 2		Diagnose
12	Doe de oefeningen met een medecursist		Disk 2: Diagnose	
13	Bestudeer <i>Maak het gemakkelijk</i>	Hoofdstuk 5		Maak het gemakkelijk
14	Doe de oefeningen met een medecursist		Disk 5: Maak het gemakkelijk en zorg voor motivatie	
15	Bestudeer <i>Zorg voor motivatie</i>	Hoofdstuk 4		Zorg voor motivatie
16	Doe de oefeningen met een medecursist		Disk 5: Maak het gemakkelijk en zorg voor motivatie	
17	Bestudeer <i>Actie en resultaat</i>	Hoofdstuk 7		Actie en resultaat
18	Doe de oefeningen met een medecursist	Hoofdstukken 8 & 9	Disk 5: Actie en resultaat	

*Cursisten die de eendaagse Crucial Accountability-training hebben gevolgd, treffen het materiaal voor sommige onderdelen aan in hun Crucial Conversations-pakket.

Ideeën voor herhaling en oefening:

Voor uzelf:

- Gebruik de bijbehorende contractkaarten (kleine, vierkante kaartjes) om u iedere keer op één bepaald beginsel te richten en met dat beginsel te oefenen. Op de achterzijde van de contractkaarten wordt u uitgenodigd 'Doe-', 'Kijk-' en 'Train'-activiteiten te plannen rond dat beginsel of die vaardigheid. Leg de kaart op een opvallende plaats als aansporing en geheugensteuntje.
- Met de 'Vorbereidingsopdracht voor deelnemers' kunt u een accountabilitygesprek voorbereiden en voeren met een medewerker, collega of leidinggevende, over een kloof waar u last van heeft.
- Ga naar de website www.vitalSMARTS.com en meld u aan voor de wekelijkse Crucial Skills-nieuwsbrief, zodat u nieuwtjes en achtergrondmateriaal direct in uw mailbox ontvangt.
- Leer een vriend of familielid een van de vaardigheden of begrippen die u tijdens de Crucial Conversations-training heeft geleerd. Onderschat het belang van lesgeven niet als het gaat om verbetering van uw eigen toepassing van de vaardigheden.

Samen met een medecursist:

- Blijf afspreken met een medecursist om u voor te bereiden op uw accountabilitygesprekken. Spreek af dat u elkaar wekelijks ontmoet om gesprekken voor te bereiden en te evalueren en om elkaar te helpen.
- Kies elke week een nieuwe les uit waaraan u met uw medecursist kunt werken. Gebruik uw contractkaarten en bedenk hoe u deze les in uw accountabilitygesprekken kunt toepassen. Welke problemen komt u tegen? Welke ervaringen heeft u onlangs gehad bij de toepassing van deze specifieke vaardigheden? Spreek elkaar erop aan dat u de vaardigheden allebei oefent.
- Spreek met een klein groepje af om wekelijks een half uur of een uur als een soort leesclub bijeen te komen. Kies een bepaald hoofdstuk of beginsel uit om te bespreken en wissel vervolgens ervaringen uit. Vraag de aanwezigen om situaties uit de praktijk voor te leggen waarbij ze hulp en begeleiding zouden kunnen gebruiken. Dit kunnen situaties op het werk zijn, relaties binnen of tussen teams of persoonlijke relaties. U kunt ook discussievragen van de VitalSMARTS-website gebruiken.

In uw organisatie:

- Neem tijdens vergaderingen enkele minuten de tijd om de beginselen door te nemen of om medewerkers ervaringen met de vaardigheden te laten uitwisselen. Leidinggevendenden kunnen laten zien dat ze de vaardigheden serieus nemen, door tijdens bijeenkomsten naar de geboekte vooruitgang te vragen.
- Laat uw organisatie aan het begin van de maand fiches uitdelen aan alle medewerkers. Elke keer wanneer iemand een accountabilitygesprek voert, krijgt hij of zij een fiche. Bedenk een beloning, bijvoorbeeld een cadeaubon, voor de persoon die aan het eind van de maand de meeste fiches heeft verzameld.
- Vertel elkaar over successen. U kunt dat doen door op een online forum of tijdens een vergadering over uw ervaringen te vertellen. Als uw team weinig spraakzaam is, kunt u hen in kleine groepjes ervaringen laten uitwisselen, waarna elk groepje het beste verhaal aan het hele team vertelt. Wanneer mensen zien dat anderen er succes mee hebben, motiveert dat hen om zelf ook accountabilitygesprekken te voeren.