

# Gesprekskaart

1

## Vorbereiding & start

Bij de voorbereiding en start van het gesprek zijn twee vragen belangrijk:

- Wat zijn jullie doelen en verwachtingen van het gesprek?
- Welk(e) onderwerp(en) moet(en) in ieder geval besproken worden?

2

## De kern van het gesprek

Kies uit de thema's een aantal onderwerpen die nu belangrijk zijn. Je hoeft niet alle onderwerpen te bespreken.



### Werkplezier hebben

- Wat draagt het meeste bij aan je werkplezier? Hoe kun je dit uitbreiden?
- Hoe ervaar je de samenwerking met collega's?
- Voel jij je veilig om je mening te delen?



### Gezond aan het werk zijn

- Hoe zorg jij voor je vitaliteit (zoals: beweging, ontspanning, voeding, slaap)? Wat vind je daarin belangrijk?
- Hoe ervaar jij de balans tussen werk en privé?
- Wat zijn vroege signalen voor je dat je meer aandacht aan je vitaliteit/balans zou moeten geven?

Hoe is't



### Bijblijven in je vak

- Zet je op dit moment jouw kennis, ervaringen en talenten goed in en voel je je gewaardeerd?
- Wat is er nodig om je vak goed te blijven uitoefenen in de toekomst?
- Welke kennis en/of vaardigheden zou je [nog] willen gaan [door]ontwikkelen?

3

## Afsluiten & afspraken

Aan het einde van het gesprek is het belangrijk om samen kort terug te blikken. De volgende vragen kunnen hierbij helpen:

- Zijn er nog andere onderwerpen die besproken moeten worden?
- Hoe verliep het gesprek?
- Zijn er zaken waar we op terug willen komen, of waarvoor we een nieuwe afspraak moeten plannen?
- Aanbeveling: zet de afspraken en acties op papier.

### Afspraken maken

Vat aan het einde van het gesprek de belangrijkste afspraken samen. Benoem allebei concreet welke acties er genomen gaan worden en door wie, zodat de wederzijdse verwachtingen helder zijn. Maak ook afspraken over hoe en wanneer jullie elkaar op de hoogte houden over de voortgang van de afgesproken acties.

Samen goede zorg bieden vraagt erom dat de ontwikkeling van medewerkers afgestemd blijft op de ontwikkeling van ons ziekenhuis.

Dit lukt alleen met goed contact en vertrouwen. En dat we ons gezamenlijk verantwoordelijk voelen voor ons werkplezier, onze gezondheid en vakkundigheid. Nu en in de toekomst!

Belangrijk om hierover regelmatig goed in gesprek te zijn. Deze Hoe is 't gesprekskaart biedt houvast en inspiratie voor deze gesprekken.

Hoe  
is 't  

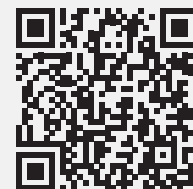

## 3 Tips voor een goed gesprek

1

Plan voldoende tijd in en zorg dat je beide met volle aandacht er bent. Zorg dat je niet gestoord en/of afgeleid kun worden. Voer een gesprek op een plek die jullie samen prettig vinden. Misschien wil je liever een wandeling maken, of ergens een kop koffie drinken.

2

Een goede voorbereiding is het halve werk. Gebruik bijvoorbeeld deze gesprekskaart als voorbereiding en ga er eens met collega's over in gesprek. Ook kun je een korte quick scan doen: 15 vragen die je aan het denken zetten over drie thema's.



[sofokles.dialogooverdi.nl/gesprekswijzer/](https://sofokles.dialogooverdi.nl/gesprekswijzer/)

3

Doe samen een goede check-in: door bijvoorbeeld elkaar de vragen te stellen: Hoe zit je er nu bij? Is dit moment het juiste moment om samen een goed gesprek te voeren? Hoe is onze onderlinge relatie: zijn er onbesproken zaken, of voorvallen die gebeurd zijn die eerst uitgesproken moeten worden?

