



Bouw aan jezelf

# Gesprekskaart



## Het goede gesprek

Het goede gesprek, dat voer je wanneer, waar en zo vaak je wilt! Deze gesprekskaart is ontwikkeld om je te helpen bij het voeren van het goede gesprek. Het geeft je een inspirerende aanzet tot en houvast bij het voeren van het goede gesprek. De onderwerpen hoef je niet in een vaste volgorde te doorlopen. En soms is een onderwerp voor jou misschien minder aan de orde of hoef je dit maar kort met elkaar te bespreken. De vragen per onderwerp en de tips voor feedback helpen je verder met het voeren van het goede gesprek. Kies hierin wat bij je past. Jij bent eigenaar van jouw gesprek!

## Spelregels bij het geven van feedback:

- Geef feedback zo snel mogelijk na het voorkomen van de situatie waarover je feedback wilt geven.
- Bepaal of het de juiste plaats en tijd is voor de ander.
- Wees goed voorbereid en onderbouw je feedback.
- Bepaal goed waar je feedback over wilt geven (aanpak, inhoud, uitvoering, resultaat, houding of gedrag).
- Geef feedback met de juiste intenties.
- Spreek iemand aan op zijn gedrag, niet op zijn persoonlijkheid.
- Wees eerlijk en open. Spreek vanuit jezelf.
- Wees specifiek en leg goed uit.
- Stel vragen aan de ander. Zorg voor een dialoog.
- Toets of de ander je feedback goed heeft begrepen.
- Vermijd woorden met lading als 'altijd', 'nooit' of 'zelfs'.
- Wees gul met complimenten!
- Wees begripvol. Feedback krijgen kan best lastig zijn.

Wij wensen je een goed gesprek.

## Gespreksvragen

**Energie:** Waar krijg jij energie van in je werk? Waar krijg jij energie van, en zou je je nog verder in willen ontwikkelen? Welke dingen die je energie geven buiten je werk zou je kunnen inzetten in je werk?

**Talenten:** In welke werkzaamheden ben jij echt goed? Krijg je ook energie van deze werkzaamheden? Waar krijg je naast je werk plezier van? Zijn dit ook dingen die je binnen je werk bij de gemeente Haarlemmermeer kan inzetten?

**Werk:** Waar ga jij je het komend jaar op richten? Kijk ook naar je functieprofiel. Waar wil je zelf echt graag mee aan de slag? Wat zijn jouw sterke competenties en benut je deze in het werk dat je doet? Heb je voldoende autonomie om je werk goed te kunnen doen?

**Ontwikkeling:** Waarin wil jij jezelf ontwikkelen, op het gebied van competenties of vaardigheden? Waarin wil jij jezelf ontwikkelen op werkinhoudelijk gebied? Wil je je ontwikkelen naar een gewenste functie? En op welke manier wil je ontwikkelen? Denk bijvoorbeeld aan trainingen, meelopen, een mentor of intervisie.

**Samenwerking:** Op welke manier gaan jullie afspraken monitoren en feedback uitwisselen? Gebruik je hiervoor bijvoorbeeld bestaande overlegmomenten of doe je dit ook tussentijds? Met welke andere mensen werk je samen? Hoe verloopt deze samenwerking? Hoe verloopt de samenwerking binnen je team?

**Duurzame inzetbaarheid:** Hoe zie jij je toekomst? Zit je nog goed op je plek? Zijn er (maatschappelijke) ontwikkelingen die relevant zijn in je werk? Hoe speel jij daarop in? Zijn er nog dingen waarvan jij denkt dat het belangrijk is je hierin te ontwikkelen?

**Werkdruk & stress:** Hoe ervaar je jouw werkdruk en werk-privé balans? Heb je het idee dat je invloed uit kunt oefenen op belangrijke aspecten van je werk? Hoe verloopt het contact met je team? Kunnen jullie onderwerpen zoals werkdruk en werkstress bespreken?

**Fit & vitaal:** Voel je je vitaal, zowel fysiek als mentaal? Krijg je genoeg energie van je werk? Zijn er dingen die je wilt doen om je vitaliteit te verbeteren? Op fysiek gebied of misschien wel leefstijl?

**Integriteit & ondermijning:** Vervul je nevenwerkzaamheden? Wat is voor jou integer handelen en heb je het hier wel eens over met collega's? Heb je de iBewustzijn trainingen gevolgd? Weet je wat je moet doen als je een vermoeden hebt van een integriteitschending of ondermijning en waar je terecht kunt met vragen daarover?