MISSCHIEN HEB JE GELIJK.
Maar misschien ook niet.

Een gesprekskaart over verdraagzaamheid, verschillen en ons eigen gelijk.

We hebben allemaal onze eigen ideeën en gewoonten. Maar wat als iemand daar heel anders over denkt? Verdraagzaamheid vraagt niet dat je het eens wordt. Wel dat je nieuwsgierig blijft, ook als iets schuurt, én duidelijk bent over wat niet kan.

EEN KLEINE UITDAGING

15 MINUTEN

1 Wat vind jij heel normaal?

2 MIN

Denk aan een situatie waarin iemand iets vindt of doet waar jij anders over denkt. Het mag iets kleins zijn.

Maak deze zin af:
“Ik vind het eigenlijk heel vanzelfsprekend dat...”

2 Zet je nieuwsgierigheid aan

8 MIN

Bespreek je situatie met een collega. Stel open vragen en wissel na vier minuten.

Spelregel: niet overtuigen, verdedigen of oplossen.

Vraag bijvoorbeeld: Wat maakt dit voor jou belangrijk? Hoe kijk jij naar deze situatie? Welke ervaringen spelen een rol? Wat zou je de ander willen vragen?

3 Begrijpen, ruimte of grens?

3 MIN

BEGRIJPEN Wat weet je nu over het perspectief van de ander?

RUIMTE GEVEN Kunnen verschillende opvattingen of gewoonten naast elkaar bestaan?

BEGRENZEN Heeft het verschil gevolgen voor anderen? Welke afspraak of grens is dan nodig?

4 Wat neem je mee?

2 MIN

Maak voor jezelf deze zin af:

“Wat ik de volgende keer ga proberen, is...”

Bijvoorbeeld: eerst een vraag stellen, nieuwsgierig blijven of helder een grens aangeven.

BEWAAR & GEBRUIK

De verdraagzaamheidscheck

Voor het moment waarop je merkt dat je de ander niet begrijpt.

“Hoe kun je dat nou vinden?!”

Herkenbaar? Stel jezelf dan eerst deze drie vragen.

1

KIJK NAAR JEZELF

Wat maakt dat ik hier anders naar kijk?

Welk idee, welke ervaring of gewoonte speelt bij mij mee?

2

WEES NIEUWSGIERIG

Wat zou ik de ander willen vragen om het beter te begrijpen?

Probeer eerst te begrijpen, zonder meteen te overtuigen.

3

GEEF RUIMTE OF BEGRENS

Kunnen onze verschillen naast elkaar bestaan, of vraagt dit om een afspraak of grens?

Begrip betekent niet dat je ieder gedrag hoeft te accepteren.

“Ik ben oké. Jij bent oké.”

Ook als we het niet met elkaar eens zijn.