

# Veranderen in

Oplossingsgericht  
communiceren voor  
therapeuten, coaches  
en managers

# 333 vragen

Lara de Bruin

# Inleiding

Je blindstaren op problemen leidt niet per definitie tot werkbare oplossingen. Er bestaat namelijk vaak geen causaal verband tussen de oorzaak van een probleem en de oplossing. Oplossingsgerichte gespreksleiders vragen daarom liever naar de gewenste toekomst en de momenten dat het beter gaat. Door zo gedetailleerd in te zoomen op de mogelijkheden, ontstaat er ruimte voor verandering. Oplossingen blijken vaak verrassend eenvoudig te zijn.

## Opzet van deze waaier

De vragen in deze waaier maken het therapeuten, coaches en managers gemakkelijker om oplossingsgericht te communiceren. De indeling helpt om snel en gericht vragen voor specifieke gesprekken te vinden. Op de voorzijde van de kaarten vind je vragen die passen bij de chronologische opbouw van de gesprekken. Op de achterzijde staan vragen voor specifieke situaties of cliënten.

# Inleiding

De taal in de vragen is vernuftig. Steeds zit in de vraagstelling impliciet de vooronderstelling dat het beter zal gaan. De vraag is niet *of* het tij zal keren, maar *wanneer*, *hoe* en met *hulp van wie*. Cliënten gaan daardoor geloven dat verandering een kwestie is van tijd.

Als iets goed gaat, leer het een ander!  
Een van de basisregels in het oplossingsgerichte werken is: *als iets goed gaat, leer het aan een ander!* Die gedachte is voor De Geheime Tuin het uitgangspunt geweest voor deze waaier. De Geheime Tuin is een oplossingsgericht behandelcentrum voor gezinnen met vestigingen van Deventer tot Amsterdam. Wij geloven in de effectiviteit van deze wijze van communiceren. Maar daarnaast zijn we verknocht aan de positieve 'vibe' die voor zoveel werkplezier, mogelijkheden en creativiteit zorgt in veranderingsprocessen. *En als iets werkt, doe er dan meer van!*

Lara de Bruin

Directeur De Geheime Tuin

# Start van een gesprek

- Hoe kan dit gesprek nuttig voor je zijn?
- Hoe kunnen we dit gesprek voeren op een manier die voor jou prettig is?
- Wat geeft je het vertrouwen dat het nuttig zal zijn om dit gesprek te voeren?
- Stel dat dit gesprek nuttig blijkt te zijn, wat is er dan anders na dit gesprek?
- Hoe zullen anderen aan jou merken dat dit gesprek goed was voor jou?

# Cliënten die leidinggeven I

- Wat wil je zeker behouden in de organisatie en in je team?
- Wat gebeurt er in de organisatie en in je team waarop je echt trots bent?
- Wat zou het team waaraan je leiding geeft nog sterker en effectiever kunnen maken?
- Welk gemeenschappelijk doel leeft er in je team?
- Hoe kunnen ieders kwaliteiten het beste worden ingezet om het doel te bereiken?
- Wat is je favoriete manier om teamleden te laten merken dat je waardeert wat ze doen?
- Welke goede reden heb jij om dat zo te doen?

# Kennismaken met kinderen 1

- Wat zijn dingen die jij heel goed kunt?
- Welke dingen doe jij waardoor anderen trots op jou zijn?
- Bij wie voel jij je meestal heel erg fijn?
- Wie kan jou het allerbeste helpen?
- Wat vinden jouw vrienden leuk aan jou?
- Wat heb jij de laatste tijd allemaal geleerd wat je eerder nog niet kon?

# Veranderen in 333 vragen

Oplossingsgericht werken is een positieve en zeer effectieve benadering. Aan de hand van gerichte vragen worden vooral de kwaliteiten van de cliënt gestimuleerd. In deze waaier zijn de belangrijkste vragen overzichtelijk bijeen gebracht, gerubriceerd naar onderwerp (zoals kennismaken, doelen, uitzonderingen) en naar gesprekspartner (zoals cliënten met tegenzin, een conflict, in crisis).

Een extreem handige oplossing om alle relevante vragen altijd direct bij de hand te hebben!

Lara de Bruin is kinder- en jeugdtherapeute en directeur van *De Geheime Tuin*.

ISBN 978-90-79729-35-7



9 789079 729357

NUR 770

Copyright © 2011 Hogrefe Uitgevers, Amsterdam

Vormgeving: Studio Jan de Boer, Amsterdam

Grafische productie: Graficonnect, Son

HOGREFE

