

fab CONNECT her

Future Female
Innovators In STEAM

 Medegefinancierd door
de Europese Unie



Conflictoplossing

Deze activiteit helpt je bij het ontwikkelen van effectieve communicatiestrategieën om meningsverschillen binnen mentorrelaties op te lossen. Door het verkennen van realistische conflictsituaties en het oefenen van constructieve dialogen, leer je hoe je moeilijke gesprekken met vertrouwen en professionaliteit kunt voeren.

Werkwijze:

1. Workshop conflictscenario (15 min)

Scenario: Een mentor en mentee zijn het oneens over een loopbaankeuze (bijv. de mentee wil een onconventionele route volgen, terwijl de mentor denkt dat een andere optie veiliger is).

- In een groep:
 - Bespreek verschillende manieren om het meningsverschil op te lossen.
 - Bedenk hoe je effectief kunt communiceren zonder het perspectief van de mentee te negeren.
- Individueel:
 - Denk terug aan een eerder conflict binnen mentoring of een professionele setting.
 - Schrijf drie mogelijke benaderingen op om dit soort situaties op te lossen.

2. Oefenen met communicatieve vaardigheden (10-15 min)

- Oefen met actief luisteren en het gebruik van 'ik'-uitspraken om meningsverschillen op een constructieve manier te uiten.
- Voorbeelden van 'ik'-uitspraken:
 - "Ik maak me zorgen als ik hoor dat je twijfelt, omdat ik je graag wil steunen in het maken van een zelfverzekerde keuze."
 - "Ik respecteer je keuze en zou graag samen verschillende perspectieven verkennen zodat je goed voorbereid bent."
- In een groep: Vorm tweetallen en speel een mentor-mentee meningsverschil na met deze technieken.
- Individueel: Schrijf een gestructureerde reactie met behulp van 'ik'-uitspraken voor een mogelijk conflictscenario.

Reflectie:

- Vermijd je liever confrontaties, zoek je een compromis, of geef je je eigen mening duidelijk aan?
- Beoordeel je luistervaardigheid tijdens conflicten op een schaal van 1-5.

