MODULEBESCHRIJVING

Na het conflict: de vrede borgen en er sterker uitkomen

Adaptieve module | ~20 min

De meeste teams denken dat een conflict is opgelost zodra de rust terugkeert, en gaan over tot de orde van de dag, terwijl er onder die rust nog iets kan smeulen dat later heviger oplaait. Daarom gaat deze module over de periode erna: nagaan of de vrede echt is, die borgen met afspraken op papier en een vervolgafspraak, en de moeilijke periode aangrijpen als kans voor bredere perspectieven, emotionele intelligentie en een sterkere relatie.

LEERDOELEN

01 Nagaan of een conflict echt is opgelost aan de hand van drie vragen: oplossing, relatie en duur.

02 De vrede na het conflict borgen met afspraken op papier, gedeelde indicatoren en een vervolgafspraak.

03 De oplossing bijstellen na de test in de praktijk, want een akkoord is niet in steen gebeiteld maar wordt opnieuw besproken.

04 Het conflict benutten om uw perspectief te verbreden, uw emotionele intelligentie te ontwikkelen en de relatie te versterken.

DOELGROEP

Iedereen die net een conflict op het werk heeft opgelost en zeker wil weten dat de vrede standhoudt.

- **Voorkennis:** geen

VERLOOP VAN DE MODULE

Zelfstandig, met oefeningen die zich aanpassen aan de deelnemer.

1. **Zelfscan**: op 9 dimensies, om de eigen werkwijze in kaart te brengen en gericht te oefenen.
2. **Video van een expert**: van 10 minuten, met 3 denkpauzes.
3. **Praktijksituaties**: 2 eerste situaties, gekozen op basis van de zelfscan, daarna 16 optionele situaties. Bij elk antwoord volgt feedback: het effect ervan en een tip om verder te komen.
4. **Voornemen met datum**: een actie om uit te proberen, door de deelnemer zelf geformuleerd of gekozen uit de voorstellen.
5. **Samenvattingskaart om te downloaden**: kernpunten, vragen, voornemen, persoonlijke notities en checklists.

EEN VOORBEELD UIT DE PRAKTIJKSITUATIES

Na spanningen hebben Basma en Serena de offerteaanvragen verdeeld: Basma voert ze in, Serena berekent de prijzen. In het voortgangsoverleg zegt Serena dat alles goed gaat. Toch heeft Basma gemerkt dat niemand de klanten terugbelt van wie de aanvraag onvolledig is. Wat moet Basma doen?

TOETSING EN AFRONDING

Drempel: 80%

De score houdt rekening met de antwoorden in de praktijksituaties, het geformuleerde voornemen en, waar van toepassing, aanvullende leeractiviteiten. Voor afronding zijn een voornemen en een score van minstens 80% nodig.

METHODEN & MODELLEN

- Afthonios-methode: met afstand terugblikken en lessen vastleggen in 4 vragen – geïnspireerd op de After Action Review (Amerikaans leger)
- Van “slachtoffer” naar “medeverantwoordelijke” – geïnspireerd op de dramadriehoek van Karpman (1968)
- Afthonios-methode: 3 vragen om na te gaan of het conflict echt voorbij is (wederzijdse tevredenheid, herstelde relatie, blijvend resultaat)
- Emotionele intelligentie – Salovey & Mayer (1990), populair gemaakt door D. Goleman (1995)

BRONNEN & REFERENTIES

- John Gottman (University of Washington, “Love Lab”), 1999: gelukkige stellen zijn niet de stellen met de minste conflicten, maar de stellen die hun relatie kunnen herstellen en er snel weer bovenop komen
- S. Karpman, 1968 – dramadriehoek
- Salovey & Mayer, 1990; D. Goleman, 1995 – emotionele intelligentie
- Amy Edmondson (1999) – psychologische veiligheid en leren in teams

Een module van Afthonios.com.

Inhoud gecontroleerd op 7 oktober 2026