

Courageous teaming

5 Ct PRINCIPLES

OVER WERKEN IN TEAMS
& KIEZEN VOOR MOED



5 Ct PRINCIPES

Samenwerken is vooral het samenbrengen van tegenstellingen. Van verschillen van inzicht, in belangen of in behoeften en die productief weten te maken.

Onze 5Ct principes bieden een leidraad om dit te doen op een manier die persoonlijke relaties goed houdt en zelfs versterkt. Het helpt daarbij om momenten van onderlinge spanning, weerstand of verschil van inzicht te zien als kansrijke signalen om het samen beter te doen en jezelf te ontwikkelen.



Van lijden naar
leiden



Van afbreken naar
opbouwen



Van angst naar
moed



Van strijd naar
nieuwsgierigheid



Van meepraten
naar uitspreken



PRINCIPE 1 VAN ANGST NAAR MOED

De **MOED** om in een bepaalde situatie, een moment van onzekerheid, risico, pijn, teleurstelling of angst, jouw belangen, behoeftes en beelden onderzoekend onder de loep te nemen, ter discussie te stellen, misschien zelfs wel op het spel te zetten voor een groter doel. Om stil te staan bij de situatie en de gevoelens die daarmee gepaard gaan toe te staan. Om vervolgens echt te willen (in)zien wat op dat specifieke moment het effect van jouw handelen (gedrag) op anderen is en wat jij dan kunt doen om de samenwerking te versterken. Vragen die daarbij kunnen helpen: "Wat is het ergste wat er kan gebeuren?", "In hoeverre je zeker weet dat dit gaat gebeuren?" en "Wat zijn de potentiële opbrengsten van kiezen voor moed in deze situatie?"



Van lijden naar
leiden



Van afbreken naar
opbouwen



Van angst naar
moed



Van strijd naar
nieuwsgierigheid



Van meepraten
naar uitspreken



PRINCIPE 2 VAN LIJDEN NAAR LEIDEN

LEIDEN, wat zoveel betekent als je te richten op en verantwoordelijkheid te nemen voor dat waar je wel controle over en invloed op hebt. Wat wel te veranderen is en de groeikansen die bepaalde omstandigheden je bieden. Niet de ander, de omstandigheden of de gebeurtenissen maar wel je eigen gedachtes, gevoelens en gedrag. Vanuit de intentie de samenwerking te versterken, niet wetende of dat uiteindelijk gaat leiden tot de gewenste resultaten. Vragen die daarbij kunnen helpen: "Welke groeikansen bieden de huidige situatie of omstandigheden?" en "Wat kunnen we wel doen om de situatie iets te verbeteren en wie kan daarbij helpen?"



**Van lijden naar
leiden**



**Van afbreken naar
opbouwen**



**Van angst naar
moed**



**Van strijd naar
nieuwsgierigheid**



**Van meepraten
naar uitspreken**



PRINCIPE 3 VAN MEEPRATEN NAAR UITSPREKEN

UITSPREKEN door vrijuit te benoemen wat jij ervaart, hoe jij het ziet, wat jij belangrijk vindt, waar jij sterk in bent en wat jij verwacht van de ander(en) ook als dit de relaties tijdelijk op scherp zet. Niet wetende hoe de ander daarop zal reageren en wat het effect is van je woorden. Het betekent onder andere niet zomaar meegaan in het groepsdenken. Dat iedereen met iedereen praat. Dat iedereen min of meer in gelijke mate bijdraagt aan de discussies. En, het elkaar scherp en op de hoogte houden en aanspreken als er iets mis dreigt te gaan. Wat daarbij kan helpen is jezelf en elkaar specifiek te vragen hoe je het ziet, ervaart of wat je minimaal nodig hebt. Om dan ook even de ongemakkelijke stilte, time-to-think, toe te staan.



Van lijden naar
leiden



Van afbreken naar
opbouwen



Van angst naar
moed



Van strijd naar
nieuwsgierigheid



Van meepraten
naar uitspreken



PRINCIPE 4 VAN STRIJD NAAR NIEUWSGIERIGHEID

Oprechte **NIEUWSGIERIGHEID** naar de beelden, behoeftes, belangen en mogelijkheden van de ander. Maar zeker ook nieuwsgierig zijn naar je eigen drijfveren zonder je te laten leiden door de angst om gezichtsverlies te lijden, status of positie te verliezen. Luisteren om echt te begrijpen in plaats van te reageren, te ontkennen of gelijk te krijgen. Het geeft je de kans elkaar en jezelf echt te begrijpen in wat ertoe doet en kan. Het helpt de verantwoordelijkheden en belangen die op iemands schouders drukken te ontdekken. Zo wordt het verklaarbaar waarom jij en de ander doen wat jullie doen. En ook hoe jullie elkaar kunnen helpen effectief te handelen om het samen beter te doen. Het leidt tot echt contact en diepe verbinding.



Van lijden naar
leiden



Van afbreken naar
opbouwen



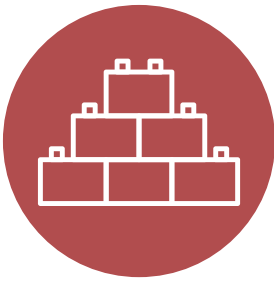
Van angst naar
moed



Van strijd naar
nieuwsgierigheid



Van meepraten
naar uitspreken



PRINCIPE 5 VAN AFBREKEN NAAR OPBOUWEN

OPBOUWEN, het kunnen zien en benoemen van de sterktes en waarde van de inbreng en ideeën van een ander. En het combineren daarvan tot een gezamenlijk idee, aanpak of keuze. Het betekent oplossingsgericht dat doen waar je elkaar en de samenwerking mee helpt en waarin de stem van de meerderheid en minderheid voldoende recht wordt gedaan. De waarde achter negatieve emoties zoals angst of zorgen, boosheid of irritatie, en teleurstelling of verdriet zien en benutten. Het is elkaar steunen, zoeken naar wat je wel voor elkaar kunt willen en doen. Elkaar serieus nemen en oprecht waarderen. Met de blik vooruit, gericht op de volgende actie. 70% gericht op wat goed gaat en hoe dat groter te maken, 30% op wat beter kan en hoe dat te realiseren. Vragen die daarbij kunnen helpen: "Wat gaat wel goed of beter en hoe kunnen we dat groter maken?", "Wat kunnen we in deze situatie wel voor elkaar willen?" en "Wat kunnen we aan elkaars inbreng of idee wel waarderen en hoe kunnen we dat combineren?"



Van lijden naar
leiden



Van afbreken naar
opbouwen



Van angst naar
moed



Van strijd naar
nieuwsgierigheid



Van meepraten
naar uitspreken