



**De Uitzondering
Trainingen in
oplossingsgerichte
communicatie**

Het avondwonder

Stel je voor... je bent aan het eind van je werkdag ergens in de nabije toekomst. Je zit op je favoriete plekje met misschien je favoriete drankje in je hand en je kijkt terug op je werkdag. En het was een GOEDE dag. Zo'n dag waarvan je denkt als die er regelmatig zijn dan mag je mijn pensioen voorlopig wel houden. Want zo is werken hartstikke leuk.

Het was echt een GOEDE DAG! Je was supertevreden over jezelf, je had het naar je zin; je deed het goed; wat je wilde bereiken lukte kortom: YES!

Stel je dat eens voor (neem je tijd) en schrijf eens op: wat gebeurde er vandaag; wat deed je waardoor deze dag zo goed verliep? En wat nog meer?

Daarna in tweetallen: vertel de ander over wat je hebt opgeschreven. De ander vraagt geïnteresseerd door: *Hoe was dat; wat deed je precies hoe kreeg je dat voor elkaar?*

Na 10 min wisselen

Je kunt deze oefening ook laten volgen door het stellen van schaalvragen t.a.v. deze werkdag. (als 10 staat voor hoe je op zo'n dag als je net beschreef je werk doet en 0 staat voor het tegenovergestelde... etc.)

Zie ook: *“Wandelen met schaalvragen”*