

Instructie Gesprek op voeten

te gebruiken bij afsluiting Powersessie Body & Mind

Het gesprek op voeten is een interactieve dialoogtechniek die bij grotere groepen bijvoorbeeld ingezet kan worden als check-in of check-out van bijeenkomsten.

Doel

- Veel verschillende meningen horen
- Zo veel mogelijk mensen laagdrempelig hun mening laten geven
- Reflectie op het te leren / geleerde
- Ideeën van elkaar opdoen
- Weten waar mensen (letterlijk) 'staan'

Hoe

Bij het gesprek op voeten staat iedereen. Het begint met een vraag van de trainer, waar iets over gezegd kan worden, bijvoorbeeld 'Wat neem je mee uit deze Powersessie?' Als iemand er iets over zegt vraagt de trainer iedereen die zich kan vinden in hetgeen de persoon zegt om er letterlijk achter te komen staan. Dan ontstaat natuurlijk beweging. Want mensen die dat vinden gaan erachter staan en mensen die dat niet vinden gaan duidelijk ergens anders staan. Vervolgens krijgt iemand anders het woord en kunnen daar weer mensen achter gaan staan. Daarbij kan het best zo zijn dat je eerst achter de een staat maar daarna ook herkent wat de ander zegt en ga je daar weer achter staan. Je krijgt zo snel een letterlijk beeld van de verschillende leerpunten uit de Powersessie en de deelnemers brengen elkaar ook op ideeën.

Als trainer ga je steeds naast diegene staan die een mening geeft.

Als mensen alleen staan in de ruimte, al dan niet heen en weer bewegend alsof ze iets zeggen, vraag dan of ze hardop willen denken.

Als de sprekers in herhaling vallen, is het tijd om te stoppen.

Spelregels

Er zijn een paar uitgangspunten die belangrijk zijn om vooraf te noemen:

1. Niemand heeft het monopolie op de waarheid.
2. Je mag jezelf tegenspreken.
3. We doen dit om van elkaar te leren.