

BIJLAGE 9 Signalen en stappenplan interveniëren

| | | | |
|---|---|--|---|
| iets voelt niet lekker | Je merkt dat de doelgerichtheid verloren gaat | Je merkt op dat er iets verschuift in de groep | Je hoort geluiden die niet overeenstemmen |
| Je ervaart iets in de groep dat je niet prettig vindt | Je voelt ergens weerstand in jezelf ontstaan | Je voelt dat je iets of iemand moet beschermen | Je weet dat als je zo doorgaat, er kans is op een escalatie |
| Als je merkt dat je heel hard aan het werken bent en het gevoel hebt niet gehoord te worden | De gedachte 'er klopt iets niet' of 'dit gaat niet goed' plopt alsmaar op | Je ziet mensen afhaken | Mensen lijken langs elkaar heen te praten |
| Er is een gedachte die je niet uit je hoofd kunt zetten | Ja, maar... | | |

1. Onderzoek wat er in en met jezelf gebeurt, bedenk daar woorden bij.
2. Stop het proces.
3. Maak een klein bruggetje naar de interventie.
4. Spreek uit wat er in en met jou gebeurt en leg uit waarom dit een belangrijk signaal zou kunnen zijn.
5. Vraag anderen erover mee te denken of zeg wat je niet wenselijk vindt.
6. Onderzoek wat er nodig is om verder te kunnen, onderscheid vorm en inhoud (wat gaat voor).
7. Bedank mensen voor de ruimte voor de interventie en benoem eventueel het effect ervan voor jou.