



HANDLEIDING voor Dialoog gespreksbegeleiders

Inhoud

Hoofdstuk 1 Achtergrondinformatie Week van de Dialoog	2
Hoofdstuk 2 Opstarten van het gesprek	4
Hoofdstuk 3 De FORMULE vragen en Thema tips	6
Hoofdstuk 4 Tijdmodel voor dialoogbijeenkomsten	8
Hoofdstuk 5 EHBO	9



Hoofdstuk 1. *Achtergrondinformatie de Dialoog*

Ontstaan de Dialoog

Na de aanslagen in Amerika op 11 september 2001 en de moord op Theo van Gogh op 2 november 2004, werd een sterke behoefte aan een grotere sociale verbondenheid gevoeld. Daarom werd in 2001 in Rotterdam voor het eerst de Dag van de Dialoog georganiseerd. In Rotterdam bleek dat de Dag van de Dialoog de mensen dichter bij elkaar bracht, mensen nieuwe inzichten verschafte en issues boven tafel bracht die voorheen onbesproken bleven. Andere steden, zoals Schiedam, Hengelo, Berlijn, Brussel en Amsterdam volgden daarop het voorbeeld van Rotterdam en organiseerden hun eigen Dag van de Dialoog. Onder de vlag Nederland in Dialoog wordt nu in meer dan 100 steden en gemeenten in Nederland jaarlijks de Dag van de Dialoog georganiseerd. Deze dialoogdagen vormen samen de Week van de Dialoog

Doel en Resultaat

Doel van de Dialoog is door middel van de dialoog mensen te laten bewegen, nieuwe verbindingen te maken, kriskras door de samenleving en de stad heen, waardoor nieuwe inzichten, ideeën, kansen en concrete projecten ontstaan, die bijdragen aan samenhang in de stad en in de wijken en buurten.

- In het huidige maatschappelijke klimaat neemt de afstand tussen burgers onderling toe. De Dialoog verkleint de afstand tussen verschillende bevolkingsgroepen en vergroot de kennis over elkaar.
- De Dialoog bevordert de samenwerking tussen burgers, organisaties, bedrijven en scholen. Met andere woorden: er ontstaan nieuwe netwerken in de samenleving en daardoor een sterke *civil society*.
- Door de Dialoog leren mensen om op een andere manier met elkaar in gesprek te gaan. Door deze persoonlijke ervaringen worden vooroordelen weggenomen. De leerervaring kan op veel verschillende terreinen worden toegepast, wat een positieve spin-off tot gevolg kan hebben.
- Uitkomsten van de Dialoog kunnen nieuwe ideeën en initiatieven zijn, die de stad, haar burgers en de organisaties, vooruithelpen.
- De Dialoog zet mensen aan om zelf te gaan handelen en morgen een stap te zetten.

Waarom de dialoog?

De dialoog is bij uitstek geschikt om mensen met verschillende achtergronden met elkaar in contact te brengen, om elkaar te leren kennen en meer begrip te kweken voor elkaar.

Daarom is de dialoog ook een instrument om isolatie en segregatie van bevolkingsgroepen te doorbreken en vooroordelen weg te nemen.

Het idee van de dialoog is simpel en doeltreffend: mensen komen samen en wisselen -in een veilige en aangename setting- in kleine kring ervaringen uit aan de hand van een thema, dit met behulp van een getrainde gespreksbegeleider.

Het succes van een geslaagde dialoog ligt in de persoonlijke ontmoeting met voorheen onbekenden: door het delen van ervaring ontstaat betrokkenheid en herkenning die het mogelijk maakt om over zichzelf en van/over elkaar te leren. Hier wordt ook de basis gelegd voor verdere stappen: individuele voornemens om zelf iets te doen met het onderwerp,



gemeenschappelijke initiatieven en acties voor verandering van de buurt, de organisatie of de samenleving.

Dialoog versus debat of discussie

Een dialoog is volgens Van Dale 'een tweegesprek, samenspraak'. Wezenlijk anders dus dan een debat ('twistgesprek') of een discussie ('redetwist').

Een dialoog verschilt van een debat door zijn wezenlijk andere opzet en doelstelling: het luisteren *naar* en spreken *met* elkaar staat centraal en is gericht op het elkaar leren kennen en het maken van contact. Verschillen en overeenkomsten worden weliswaar onderkend, maar de dialoog is vooral gericht op de ontmoeting zelf en het openstellen voor elkaar.

Deelnemers aan een dialooggesprek worden uitgenodigd om over zichzelf en hun relatie met het thema te vertellen en ook echte belangstelling voor het verhaal van de ander op te brengen. Niet de strijd met argumenten of het aantonen van het eigen gelijk, maar de persoonlijke ontmoeting en uitwisseling staat centraal. In plaats van superieur stellen deelnemers zich kwetsbaar op. Ongelijkheid, wantrouwen, onveiligheid maar ook spot of retorische aanvallen, horen niet bij de Dialoog. De Kernwaarden van dialoog zijn gelijkwaardigheid en respect, vertrouwen en veiligheid.

De gespreksbegeleider speelt een cruciale rol als het gaat om het opbouwen van wederzijds vertrouwen en het creëren van ruimte in een veilige omgeving. Elke gespreksbegeleider krijgt daarom vooraf een training om de dialoog goed te laten verlopen.

Het concept

Het concept van de Dialoog bestaat uit 6 pijlers:

1. Het is een maatschappelijk initiatief voor de stad van burgers en organisaties;
2. Gesprekken vinden plaats in gevarieerd samengestelde groepen van 6 à 8 personen aan tafels verspreid over de stad;
3. Gesprekken gaan over één centraal thema en volgens vaste vragen die zijn opgesteld volgens de dialoogmethodiek;
4. De gesprekken worden geleid door gespreksbegeleiders, die een dialoogtraining hebben gevolgd;
5. De eigen rol en verantwoordelijkheid van de deelnemers aan de dialoog staat centraal;
6. Een centraal projectbureau coördineert de Week van de Dialoog, ondersteunt deelnemende organisaties en zorgt voor communicatie en publiciteit.

De methodiek

De methodiek van het dialooggesprek tijdens de Week van de Dialoog beslaat 4 stappen:

1. Kennismaken
2. Ervaring uitwisselen
3. Dromen
4. Doen

Bij elke stap is er een formulevraag. De formulevraag is getest en zodanig opgesteld dat deze een goede start is voor de dialoog en vervolgens op het juiste tempo verder verdiept.



Hoofdstuk 2 : *Opstarten van het gesprek*

Introductie

Wanneer je begint met het gesprek leg uit wie je bent, dat je de training voor gespreksbegeleider hebt gevolgd en hoe de dialoog is ontstaan. De dialoog kent vier stappen; Met elkaar kennismaken, delen van elkaars persoonlijke ervaringen, dromen en doen. Hier horen ook regels bij, leg ze goed uit. Het thema is het startpunt en via de formulevragen kom je vanzelf bij de laatste stap.

Met elkaar, dus iedereen is verantwoordelijk voor het succes van het gesprek

Je kunt het volgende zeggen: 'Met elkaar maken we onze leefomgeving vandaag een stukje toegankelijker en fijner, we proberen elkaar beter te begrijpen. Het gesprek kan alle kanten uitgaan, maar er zijn wel een aantal spelregels om het een echte Dialoog te laten zijn. De spelregels en mijn rol als gespreksbegeleider zal ik inzetten, maar het wordt nooit een echte dialoog zonder jullie medewerking. Laten we ons met elkaar verantwoordelijk voelen voor deze dialoog. Dan kunnen we elkaar allemaal gelijkwaardig inspireren en met een hoop nieuwe kennis naar huis gaan.

'Netwerken': Netwerken, helpen en specifieke vraagstellingen kunnen bewaard worden voor het informele gedeelte na het gesprek. Wanneer het toch een andere kant op gaat kun je een beroep doen aan de regels die vooraf besproken zijn.

Het is bij dit dialooggesprek namelijk de bedoeling dat het om persoonlijke verhalen in relatie tot het thema gaat.

Afhankelijk van de taalvaardigheid van de groep leg je kort uit wat het thema betekent.

Je kunt het thema verschillend benaderen. Iedere deelnemer aan tafel maakt daarin zijn eigen keuze en elke keuze is goed.

Het is goed om een korte 'warming up' te doen. Doe dat op een manier die goed bij jezelf en ook bij het thema past. Je kan bijvoorbeeld beginnen met even een of twee minuten stil te zijn. Zorg ervoor dat de mensen even 'uit' hun dagelijkse beslommeringen komen en echt 'aan de tafel zijn'.

Om het duidelijker te maken kun je denken aan:

- Een gedicht wat bij het thema aansluit
- Muziek
- Foto's
- Loesjes

Het idee achter een dergelijke warming up is:

- Om bij elkaar aan tafel aan te komen
- Concentratie te creëren op wat gaat komen



- Uitnodigen actief te zijn
- Het thema (luchtig) te introduceren.

Weet je niks voor de 'warming up', laat dan alle deelnemers de dialoog-gespreksregels op de placemats lezen om aan te komen.

Gespreksregels:

- Laat de ander zijn/haar verhaal vertellen.
- Waardeer het verhaal van de ander.
- Spreek vanuit jezelf, 'Ik voel' i.p.v. 'men zegt'.
- Vraag toelichting als je iets niet begrijpt.
- Behandel elkaar met respect en vriendelijkheid.
- Stel je oordeel uit.

Tips voor opening van het dialooggesprek

***Een** dialooggesprek begin je met een 'opwarmer'. Dat kan een heel persoonlijke anekdote zijn van waaruit je de link naar het thema legt. Maar ook een lied, een voorwerp, een gedicht, een column, een rap of een passage uit een verhaal, kunnen een mooie opening zijn. Je kunt er ook voor kiezen een afbeelding te laten zien, die iets met het thema te maken heeft.

***Verder** is het prettig om aan de deelnemers uit te leggen, dat bij een dialooggesprek het belangrijkste is om vanuit je eigen ervaring te spreken en niet in algemene termen. Alles wat gezegd wordt blijft aan tafel. Vraag of iemand bezwaar heeft als iedereen bij voornaam noemt. Vraag om de telefoons uit te zetten.

***Wie** in zijn boekenkast of cd-rek kijkt, bij de bibliotheek gaat snuffelen of wat rond googelt, komt al snel van alles tegen. Kies iets dat bij je past. Ga geen gedicht voordragen als je dat te oubollig vindt en kies ook geen rap om hip te doen terwijl je er zelf niets mee hebt. Iets waar je jezelf prettig bij voelt, kun je gemakkelijk en met meer enthousiasme uitdragen en dat is nu precies de bedoeling van de 'opwarmer'.

***Verder** is het altijd mogelijk om met de teksten op de placemats te beginnen (die kan je introduceren als 'de spelregels' van vandaag), laat de deelnemers de teksten lezen en één kiezen. Zorg ervoor dat dit niet te lang duurt en dat je er zelf één gekozen hebt.



Hoofdstuk 3. *Thema, de 4 ronden en ondersteunende vragen*

Belang van de Formulevragen

De vragen zijn zodanig opgesteld en getest, dat ze de dialoog ruimte geven en aanmoedigen. Hanteer deze vragen tijdens de 4 rondes in het Dialooggesprek. Het is belangrijk om alle rondes te doorlopen om de dialoog tot stand te brengen en ook af te ronden, anders blijft het bij een gesprek.

Bedenk van te voren zelf antwoorden op de formule vragen, zodat je je op het begeleiden van de groep kunt concentreren. Stel je eigen verhaal bij als de groep groot is. Wees je van bewust, dat je met je eigen verhaal de toon voor de dialoog zet.

Thema: Samen

Hieronder de formule vragen en een aantal hulpvragen ter suggestieve om door te vragen. **LET OP: de hulpvragen zijn bedoeld voor de Dialooggespreksbegeleider.** Het is beter als de aanwezigen uitgenodigd worden zelf vragen te stellen. Hou deze dus achter de hand.

Opening:

Bereid je voor aan de hand van de tips in hoofdstuk 2, heet iedereen welkom en denk aan de spelregels. (10 minuten)

Kennis maken

- Noem je naam en wat betekent 'samen' voor jou?**
(15 minuten)
 - Waar** denk je bij 'samen' als eerste aan?
 - Wat** denk je bij het woord 'samen'?

Vraag alleen na voornamen daarmee benadruk je de gelijkwaardigheid aan tafel.

Ervaringen delen

- Neem even rustig de tijd en denk aan een ervaring, kort of lang geleden waarin samen (zijn) bijzonder was. Zou je die met ons willen delen?**
(55 minuten)
 - Welke** bijzondere ervaring wil je delen.
 - Welke** ervaring is je bijgebleven?
 - We** zoeken niet perse naar grote daden, 'samen' zit vaak ook in kleine dingen.
 - Wat** was er anders gelopen als jij toen dat niet gedaan had?



- **Hoe** kwam het dat je je toen zo voelde?
- **Wat** voor gevoel leverde het op?

Leg uit, dat de vraag naar het verleden terug gaat en dat de deelnemers uitgenodigd zijn om een persoonlijke ervaring te delen.

Dromen

- 1. Denk aan je eigen leefomgeving; op welke manier kan samen (zijn) iets toevoegen aan deze omgeving? Hoe ziet dat eruit**
(30 minuten)
 - **Wat** zie je? Welke beelden komen er bij je op?
 - **Wat** hoor je?
 - **Wat** ruik je?
 - **Wat** voor gevoel komt bij je op?
 - **Wat** is jouw rol in jouw droom?

Dromen zijn ook wensen of visies, dat maakt het makkelijker om een voorstelling te verwoorden.

Doen

- 1. Wat is jouw bijdrage en wat is morgen jouw eerste stap?**
(20 minuten)
 - **Wat** van je zelf ga je daarbij inzetten?
 - **Waar** begin je morgen mee?
 - **Hoe** ga je dat doen?
 - **Wat** geeft het je voor gevoel dat je dat gaat doen?
 - **Wat** heb je daar bij nodig?

Afsluiting

Bedank iedereen voor zijn/haar komst en inbreng. Vraag iedereen met één woord samen te vatten hoe ze weggaan, om de ophaalkaarten in te vullen en verwijs naar de website van de Dag van de Dialoog.

Ten slotte nog een paar voorbeelden van open vragen, die je ter ondersteuning van de dialoog, kunt stellen:

- *Kun je me daar nog iets meer over vertellen?*
- *Wat maakte de situatie voor jou zo speciaal?*
- *Hoe voelde dat?*
- *Welke gevoelens riep dat nog meer op?*



- Hoe heeft dat jou geraakt?
- Ben je daardoor veranderd? Zo ja, hoe?

Belangrijke tips:

- Laat de ander zijn/haar verhaal vertellen, **oordeel niet**
- Leidt de vraag in op jou eigen manier, schenk altijd aandacht aan hetgeen er in de vorige ronde is gezegd. Leg ze op tafel, zodat iedereen de vraag kan lezen en horen.
- De hulpvragen zijn enkel bedoeld voor de Gespreksbegeleider. **NOOIT** open op tafel leggen.
- Wees écht nieuwsgierig naar de verhalen van iedereen
- Sommige mensen zullen langer nodig hebben om bij hun verhaal te komen. Sta toe dat het even stil is.
- De hele tafel is verantwoordelijk voor het gesprek, dus jij niet alleen.
- Stimuleer andere tafelgenoten om aan elkaar vragen te stellen om het verhaal te verduidelijken
- Haal het beste en een beetje meer uit jezelf en de anderen.
- Probeer de mensen met een positief gevoel weg te laten gaan.
- Bedank iedereen voor zijn/haar bijdrage aan de dialoog.



Hoofdstuk 4. *Model voor een dialoogbijeenkomst*

Dit model biedt u als dialooggespreksbegeleider een houvast voor de indeling van de bijeenkomst.

De duur van een dialoog is **tenminste 2 uur** + tijd om samen te eten (indien van toepassing).

De hieronder staande indeling is een model. Naar eigen inzicht kan de bijeenkomst langer of korter worden gemaakt. U kunt beginnen met eten of dat na afloop doen. U kunt ook met elkaar in gesprek gaan, terwijl u samen eet. En het is mogelijk om een pauze in te lassen. Naar wens kunt u meer tijd nemen om de vragen te bespreken, of bij de ene vraag langer stilstaan dan bij een andere vraag.

Programma 125 minuten

De tafel is aangekleed met placemats en naamboordjes. Koffie/thee en water staat klaar.

1. Welkom (5 minuten)
 - * De gespreksbegeleider heet de aanwezigen welkom en stelt zichzelf voor.
 - * Indien van toepassing: informatie over de organisatie waar de groep te gast is..
2. Introductie (5 minuten)
 - * Informatie over de Week van de Dialoog en zijn ontstaan
 - * Essentie en spelregels van de Dialoog (placemats)
 - * Opwarmer
3. Vraag 1 (15 minuten)
4. Vraag 2 (55 minuten)
5. Vraag 3 (30 minuten)
6. Vraag 4 (20 minuten)
7. Afronding (5 minuten)
 - * Bedanken voor de deelname
 - * *Invullen ophaalkaarten*

NB Voor kleine groepen (4-5 personen) volstaat een kleine 2 uur. Bij grotere groepen graag (extra) tijd nemen om een kwalitatieve dialoog te bouwen waarbij iedereen voldoende aan het woord komt. Afhankelijk van de groeps grootte kunt u zich meer richten op de begeleiding van het Dialooggesprek, dan wel zelf actief participeren als deelnemer.



Hoofdstuk 5. "EHBO"

De gespreksbegeleider als dirigent

Een goede gespreksbegeleider is bij wijze van spreken aan het werk als een dirigent: Een dirigent stelt zich dienstbaar op aan de muziek; het gesprek. Je bent degene die duidelijk aan de anderen aangeeft hoe er gepraat gaat worden. Soms grijp je in, soms geef je grenzen aan.

Is er doodse stilte in een groep, dan zwingelt een dirigent het gesprek weer aan door iets te zeggen of te doen. Is er een kakofonie van emoties, dan probeer je rust in het gesprek te brengen.

Zelf ben je daarom niet eindeloos aan het woord. Jouw inbreng is net zo groot of zo klein als die van de andere tafeldeelnemers. Natuurlijk mag het concert geen stukken overslaan en moet het op tijd eindigen. Als dirigent bewaak je dus de voortgang.

Wat doe ik als iemand voortdurend aan het woord is?

Je kunt vriendelijk de bijdrage van die persoon nog eens kort samenvatten. "Je zegt dus eigenlijk, als ik het goed begrijp, dat je....." En die persoon bedanken voor de bijdrage. Van daaruit maak je de overgang naar de bijdrage van een ander. Bijvoorbeeld door te informeren: "Ik ben erg benieuwd wat de ervaring van ... is". Dit is een prettige en respectvolle manier om iemands spraakwaterval te temberen. Je spreekt de waardering uit voor iemands inzet en houdt hem of haar aan de gespreksformule van de Dag van de Dialoog.

Wat doe je als iemand erg lang aan het woord is ?

Je vraagt die persoon om 'met het oog op de tijd' zijn of haar inbreng af te ronden. Andere deelnemers moeten immers ook gelegenheid hebben om aan bod te komen.

Wat doe ik als iemand een (negatief) oordeel uitsprekt over de bijdrage van een tafelgenoot?

Je kunt de persoon er vriendelijk aan herinneren dat één van de belangrijkste afspraken bij een dialooggesprek is, dat we praten vanuit onze eigen ervaring. Dus bijvoorbeeld 'Ik vind' of 'mijn ervaring is'. Iedere ervaring of mening mag er zijn, maar het gaat niet om je gelijk te halen!

Wat doe ik als iemand telkens in discussie vervalt?

Je kunt deze persoon persoonlijke vragen stellen: waarom was iets zo belangrijk? Welke dingen bedoelt hij/zij? Zo kan iemand in zijn of haar eigen verhaal komen, in plaats van in zijn of haar mening.

Wat doe ik als iemand zich afwezig opstelt?

Probeer de persoon bij het gesprek te betrekken door gerichte vragen te stellen over de ervaring of droom van die persoon. Sommige mensen vinden het moeilijk om met hun eigen bijdrage in het gesprek te komen. Dat wil niet zeggen dat ze niks te melden hebben. Ieders bijdrage is waardevol. Deze mensen kun je vaak op weg helpen door vragen te stellen en door te vragen naar aanleiding van het antwoord.



Wat doe ik als een groepslid steeds van het onderwerp van de dialoog afdwaalt?

Je kunt deze persoon herhaaldelijk aan het onderwerp herinneren door bijvoorbeeld te vragen 'waar ik nu nog zo benieuwd naar ben, is jouw ervaring met ...'

Wat doe ik als een groepslid zich tegen een ander groepslid uit de hoogte gedraagt?

Je kunt deze persoon eraan herinneren dat iedereen vanuit zijn/haar persoonlijke ervaring een belangrijke inbreng aan het gesprek heeft.

Wat doe ik als een groepslid erg verlegen is?

Je kunt deze persoon gedurende het gehele gesprek de tijd geven om tot gesprek te komen. Wat betekent dat je soms juist accepteert dat iemand nog niet klaar is om aan het gesprek deel te nemen. Dan geef je een ander persoon de ruimte. Door vriendelijk af en toe een gesloten vraag te stellen nodig je hem of haar uit om geleidelijk aan meer te zeggen. *Een gesloten vraag is een vraag waar je alleen ja of nee op kunt antwoorden.*

Wat doe ik als een groepslid een ander groepslid ongevraagd advies of tips geeft?

Je kunt die persoon erop wijzen dat bij het dialooggesprek de ervaring centraal staat, niet de oplossing of wat je met die ervaring zou moeten doen. Wanneer iemand zelf aangeeft graag inhoudelijk advies te willen, kunnen mensen uitgenodigd worden daar na afloop van het dialooggesprek verder over door te praten. Het kan natuurlijk heel fijn zijn om via een dialooggesprek mensen te leren kennen die je kunnen steunen. Maar het kan ook heel goed zijn dat je helemaal niet zit te wachten op advies of suggesties. Vaak zit er ook een oordeel in advies of tips die afbreuk kunnen doen aan de inbreng van de ander.

Wat doe ik als een groepslid emotioneel wordt?

Je kunt iemand op zijn of haar gemak stellen door bijvoorbeeld te zeggen dat je het begrijpt dat het vertellen van een verhaal of het luisteren naar verhalen van anderen veel los kan maken bij jezelf. En dat het niet erg is dat hij of zij geëmotioneerd is en bijvoorbeeld moet huilen. Je hoeft niet te schrikken van emoties.

Je kunt vragen of die persoon iets nodig heeft of dat je het gesprek kunt voortzetten. Door het gesprek voort te zetten geef je mensen vaak de kans even tot zichzelf te komen.

Extra: Literatuurtips

1. "Het waarderende oog" een introductie in Appreciative Inquiry, 2008, door Ronald Domburg. (Deze methode vormt de basis voor het dialooggesprek. ISBN978 94 600 000 10)
2. "Vrije ruimte" praktijkboek voor filosoferen, 2008, door Jan Kessels e.a. ISBN978 90 850 65418. Hierin staan allerlei gesprekken met o.m. op pag. 53 dialooggesprek.
3. "Het filosofisch café" in acht vragen, 2012, door Sandra Aerts. Een beschrijving van achtergrond en werkwijzen van filosofische cafés.

Veel dialoog plezier en succes met het begeleiden van je tafel

© 2018 St. Nederland in Dialoog

