



Handleiding Gespreksstarter



Inhoud

Handleiding Gespreksstarter.....	1
1. Inleiding en Doel.....	1
2. Voorbereiding.....	1
3. Jouw rol en houding als gespreksleider.....	2
4. Kernmethode: 'Stippen & Bespreken'.....	4
5. Stappenplan voor de Sessie.....	4
6. Praktische Tips voor de Begeleiding.....	5
7. Afronding en Borging.....	5
BIJLAGE.....	5





1. Inleiding en Doel

Als gespreksbegeleider begeleid je een groep deelnemers die in één of in subgroepjes met elkaar het gesprek aangaan over waarden en normen passend bij sociale veiligheid in hun team of klas. Jij bent de **bewaker van het proces**, niet de inhoudelijke expert. Jouw doel is om een veilige omgeving te creëren waarin een team of klas kan praten over sociale veiligheid. De kracht van deze sessie zit in de opbouw: **verhalen** → **waarden** → **normen** → **actie**.



Na de sessie heeft het team:

- Gezamenlijke waarden gekozen.
- Deze vertaald naar concreet gedrag (normen).
- Afspraken gemaakt over hoe ze hierover in gesprek blijven.
- Eerste acties bepaald voor de volgende dag.



2. Voorbereiding



Benodigheden:

- **Materialen:** Invulcanvas (1 per groepje van max. 6), teamposter, post-its, pennen/stiften en een timer.
- **Stickers:** Groen ("Deze moet erin") en rood ("Hier heb ik bezwaar tegen").
- **Documenten:** Waardenlijst, presentatieslides en exit-tickets.



Planning en communicatie:

- **Tijd:** Reken op 1,5 tot 2 uur. Als de focus alleen op waarden ligt, plan dan later een vervolgsessie voor de normen.
- **Deelnemers informeren:** Stuur minimaal een week vooraf een mail. Vraag hen een positief voorbeeld voor te bereiden van een moment waarop zij bijdroegen aan sociale veiligheid (zie ook de voorbeeldmail in de bijlage)
- **Stem af** met de teamverantwoordelijke en deel vooraf de deelnemers in groepjes in. Bij een groot aantal groepjes is het aan te raden per groepje een 'kartrekker' aan te wijzen en deze vooraf uitgebreider te informeren over de sessie.



3. Jouw rol en houding als gespreksleider

Jouw rol als gespreksbegeleider

Jij bent niet de inhoudelijke expert, maar de **bewaker van het proces**: je zorgt dat iedereen gehoord wordt, dat er rust en focus blijft, en dat de gesprekken helpen om gezamenlijk te komen tot waarden en normen.



Samen bouwen
aan sociale
veiligheid



**Prac//
toraat**
Sociaal Veilige Sport

Gesprekken over sociale veiligheid raken aan persoonlijke ervaringen, overtuigingen en waarden. Dat maakt ze waardevol — en soms spannend. Als gespreksbegeleider creëer jij de voorwaarden waarin dit gesprek veilig en betekenisvol kan plaatsvinden. We maken hierbij gebruik van het principe van **inclusieve responsiviteit**. Dat betekent: we willen eerst begrijpen, voordat we begrepen willen worden.

In inclusieve responsiviteit staat **luisteren** centraal — luisteren als actieve, ethische daad. Het gaat om de bereidheid om geraakt te worden door het perspectief van de ander, zonder het direct te willen verklaren, verbeteren of beoordelen. Als gespreksbegeleider help jij de deelnemers om in deze houding te blijven. Je nodigt ze uit om hun perspectief te verhelderen en moedigt anderen aan om niet te reageren met een tegenargument, maar met begrip. Zo ontstaat een gesprek waarin verschil niet polariseert, maar verdiept.



1. Zorg voor een inclusieve gespreksruimte

- Nodig actief uit: “Wie heeft nog niet gesproken?”
- Vraag naar andere perspectieven: “Wie ziet dit anders?”
- Let op hiërarchie: vraag leidinggevenden om laat te reageren.
- Let op stille signalen: wie haakt af, wie praat veel, wie trekt zich terug?
- Waak ervoor dat één stem het gesprek domineert.

Inclusief begeleiden is actief. Het betekent bewust ruimte maken voor álle stemmen.



2. Bewaak rust en focus

- Geef duidelijke uitleg en structuur
- Herinner de groep aan het doel van het gesprek.
- Vat regelmatig samen.
- Parkeer zijsporen wanneer nodig.
- Vertraag als het gesprek te snel of emotioneel wordt.

Structuur en helderheid dragen bij aan veiligheid.



3. Blijf nieuwsgierig

- Luister actief
- Stel open vragen en vraag door.
- Ga uit van de intentie om te begrijpen.
- Reageer vanuit een onderzoekende houding, niet vanuit je eigen mening.

Eerst willen begrijpen, voordat je begrepen wilt worden.



Samen bouwen
aan sociale
veiligheid



**Prac//
toraat**
Sociaal Veilige Sport



4. Verbind verschillende perspectieven

- Benoem overeenkomsten én verschillen.
- Zoek niet naar één waarheid, maar naar gedeeld begrip.
- Help de groep gezamenlijke waarden te formuleren.

Verbinden is niet gelijkmaken, maar samenbrengen.



5. Wees sensitief en toon adaptief vermogen

Een gespreksstarter werkt alleen goed wanneer de begeleiding past bij de groep. Elke groep is anders. Als gespreksbegeleider ben je daarom voortdurend sensitief voor wat er in de groep gebeurt. Op basis daarvan stem je je begeleiding af. Dat betekent dat je niet alleen de werkvorm uitvoert, maar steeds beoordeelt of de gekozen werkwijze en begeleiding op dat moment helpend is. Soms vraagt dat:

- Meer structuur
- Meer ruimte
- Een korte pauze
- Aanpassing van de werkwijze
- Een duidelijke interventie

Voel aan wat de groep nodig heeft en durf bij te sturen.



6. Ondersteun het proces, niet de inhoud

- Je hoeft geen oplossingen te geven.
- Je hoeft geen gelijk te hebben.
- Je hoeft geen consensus te forceren.

Jouw taak is:

- Het gesprek mogelijk maken
- Veiligheid bewaken
- De groep helpen tot gezamenlijke formuleringen te komen



Wanneer grijp je in?

Grijp in wanneer:

- iemand persoonlijk wordt aangevallen
- uitspraken kwetsend of uitsluitende worden
- het gesprek onveilig dreigt te worden
- deelnemers structureel niet aan bod komen

Doe dit rustig en duidelijk:

- "Ik wil hier even op ingrijpen."
- "Laten we het bij gedrag houden, niet bij personen."
- "Deze uitspraak kan als kwetsend ervaren worden. Kun je toelichten wat je bedoelt?"



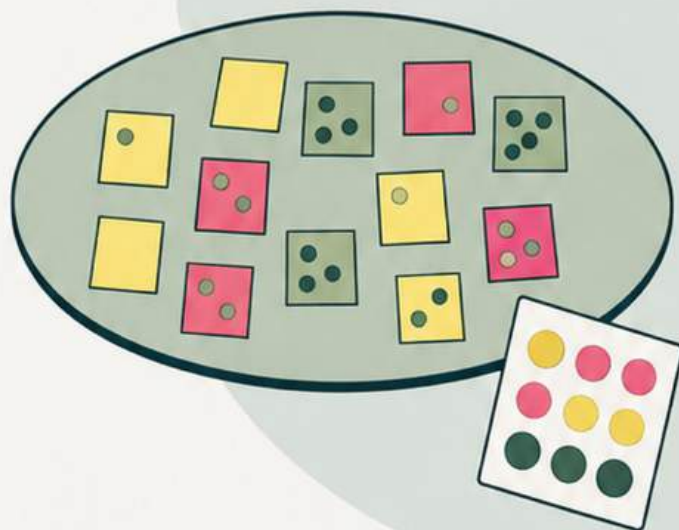


Veiligheid gaat altijd vóór snelheid.



Wat vraagt dit van jou?

- Nieuwsgierigheid
- Rust en zelfbeheersing
- Durf om te begrenzen
- Het vermogen om verschil te verdragen
- Dienend leiderschap



Tot slot

Een veilige gespreksruimte ontstaat niet doordat jij alles controleert, maar doordat jij:

- helder bent
- zorgvuldig luistert
- en het proces bewaakt



4. Kernmethode: 'Stippen & Bespreken'

Deze methode zorgt voor gelijkwaardigheid en voorkomt groepsdruk. Bij het kiezen van waarden en normen gebruik je de stickers. Je kunt als begeleider zelf kiezen wat voor soort stickers je wilt gebruiken; twee verschillende kleuren of vormen etc. Je geeft per persoon in totaal 6 stickers; 3 stickers.



Het werkt als volgt

- **Iedereen krijgt 2 verschillende soort stickers, van elk drie:**
 - Deze wil ik inbrengen als gezamenlijke teamwaarde of norm
 - Hier heb ik bezwaar tegen
 - Je plakt je stickers bij de waarde of norm.
- **Daarna bekijken en bespreken we samen de uitkomst:**
 - Veel "inbrengen" en "geen bezwaar" → **nemen we mee**
 - Zowel "inbrengen" als "bezwaar" → **kort bespreken**, zo nodig aanpassen en opnieuw bekijken
 - Vooral "bezwaar" → **bewaren voor later**



5. Stappenplan voor de Sessie

Stap 1: Mooie momenten (Verhalen)

- **Doel:** Gedrag zichtbaar maken en verbinding creëren.



**Prac//
toraat**
Sociaal Veilige Sport



- **Actie:** Laat iedereen in een ronde zijn/haar voorbereide verhaal delen (3-4 min p.p.).
- **Begeleiding:** Vraag bij vaagheid: "Wat deed jij precies?". Laat deelnemers na elk verhaal op een post-it schrijven welk gedrag en welke waarde zij hoorden.



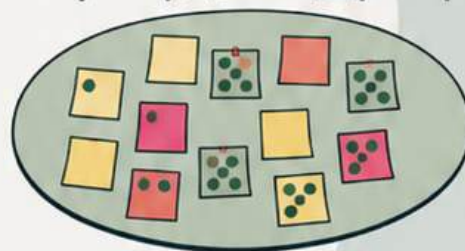
Stap 2: Waarden kiezen

- **Actie:** Plak alle post-its in het midden. Gebruik de **Stippen & Bespreken** methode.
- **Vragen:** "Wat valt op?" of "Welke waarde vinden we moeilijk waar te maken?"
- **Resultaat:** Kies maximaal 3 kernwaarden waar geen groot bezwaar tegen is.



Stap 3: Van waarden naar normen (Gedrag)

- **Doel:** Waarden vertalen naar acties voor "morgen".
- **Actie:** Vraag per waarde: "Wat doen we dan precies?". Gebruik eventueel AI voor inspiratie of geef zelf voorbeelden als het proces vastloopt.
- **Check:** Is de norm veilig, haalbaar en consequent? Gebruik opnieuw de stickers om de definitieve normen te bepalen.



6. Praktische Tips voor de Begeleiding

- **Dominantie:** Gebruik: "Laten we nu horen wat anderen denken."
- **Stilte:** Vraag: "Wat valt jou op in dit verhaal?" en geef indien nodig extra denktijd.
- **Emotie:** Erken het: "Het is oké dat dit iets oproept. We nemen even een moment."
- **Tijdsdruk:** Houd het tempo erin; een duidelijke structuur biedt veiligheid.



7. Afronding en Borging

Het gesprek over sociale veiligheid stopt niet na de sessie.

- **Exit-ticket:** Laat iedereen opschrijven: "Wat neem jij mee uit dit gesprek?".
- **Borging:** Bespreek hoe de normen levend blijven. Denk aan intervisie, moodboards of het bespreekbaar maken van situaties waarin iemand zich niet aan de afspraken houdt.
- **Afsluiting:** De teamverantwoordelijke licht toe wanneer het vervolg plaatsvindt.

Onthoud: "Waarden geven richting. Normen maken het zichtbaar. Het gesprek houdt het levend."



Exit-ticket

Schrijf op: "Wat neem jij mee uit dit gesprek?"



Borging

Bespreek hoe de normen levend blijven.



Afsluiting

Teamverantwoordelijke licht toe wanneer het vervolg plaatsvindt.



BIJLAGE

Voorbeeldmail:



**Prac//
toraat**
Sociaal Veilige Sport



Onderwerp: Samen bouwen aan een sociaal veilig team

Dag allemaal,

Op (dag, datum, tijdstip) hebben we een bijeenkomst over de sociale veiligheid in ons team.

We gaan samen ontdekken:

- wat wij belangrijk vinden
- welk gedrag daarbij past
- én hoe we elkaar kunnen helpen om dat zichtbaar te maken

Ter voorbereiding vraag ik je één ding: neem een voorbeeld mee van een moment waarop jij zelf een positieve bijdrage leverde aan sociale veiligheid. Een moment waar je blij van werd, of trots op was.

In de sessie vertel je dit moment in 1 à 2 minuten. Het hoeft niet persoonlijk of zwaar te zijn, kies iets wat voor jou goed voelt.

Ik kijk ernaar uit om met elkaar aan de slag te gaan met dit belangrijke thema.

Tot dan!

Hartelijke groet,



**Prac//
tooraat**
Sociaal Veilige Sport