

Hoe breng je veiligheid in een overleg?

Waarom?

Een check-in is een ronde waarbij iedereen aan de hand van enkele zeer open vragen die relevant zijn voor de context. Een check-in heeft een zeer positief effect op veiligheid en inclusie in de groep en helpt om samen goed zicht te krijgen op hetgeen er leeft in de groep. Daarmee scheidt de check-in een onmisbare bedding voor de rest van de bijeenkomst, waarin alles makkelijker gezegd kan worden en we sneller 'to the point' kunnen komen.

Hoe?

Een Deep Democracy bijeenkomst start altijd met een check in. Er zijn een paar belangrijke spelregels:

1. Popcorn-stijl: we gaan niet het rijtje af, maar wie iets wil zeggen neemt het woord. De uitnodiging is: 'Pop when you're hot, don't wait too long or you'll burn'.
2. Sharing & dumping: we reageren niet op elkaar.
3. De facilitator begint. Daarmee kan hij/zij de wijze van inchecken modelleren: de duur, de mate van intimiteit die wordt gedeeld, etc.
4. Ieder neemt de tijd die hij/zij denkt nodig te hebben, 'wetende dat de bijeenkomst een bepaalde tijdsduur heeft'.

Als iedereen is ingecheckt vat de facilitator samen. Zo komt het weefsel van gedachten, gevoelens, behoeften en ideeën in het bewustzijn van de groep en zal iedereen zich gehoord voelen.

- Geeft inzicht in zaken die belangrijk zijn voor de groep, eventuele emoties, energie.
- Sneller 'to the point' komen
Hoe een check-in doen?
- Introduceer de 'spelregels' (het is geen gesprek, er wordt niet gereageerd op wat iemand inbrengt, als mensen discussie starten constateer dat en vraag hier nog even mee te wachten)
- Stel specifieke check-in-vragen. Kies deze zorgvuldig: zakelijk, gevoelig, persoonlijk.
- Begin zelf als eerste: geef het voorbeeld.
- Gebruik de 'popcorn'-methode.
- Luister actief en neutraal.
- Geef een samenvatting van de genoemde thema's/gevoelens. Geef eventueel de gehoorde tegenstellingen aan

Na de samenvatting vraag je als facilitator wie er naar aanleiding van de check-in nog vragen heeft aan anderen, zichzelf nog wil verduidelijken of andere reacties heeft. Gebruik daarbij stap 1-4 van het gespreksmodel van Deep Democracy.

Inspiratie:

Deep Democracy: <https://www.deepdemocracy.nl/>

