

## WERKVORMEN

### 1. Verbindende gesprekken met de praatstok-methode

De praatstok of *talking stick* werd (en wordt nog steeds wel) gebruikt door inheemse volken in Noord- Amerika en Afrika om samen tot een besluit te komen waar iedereen achter kan staan. Het is een manier om de ruimte te krijgen en te geven aan verschillende meningen en ervaringen. Het helpt om echt te luisteren naar elkaar.

*Welk effect heeft een praatstok?*

De praatstok wordt ingezet tijdens dialogen en discussies. Het is de bedoeling dat alleen degene die de praatstok vastheeft spreekt. De overige aanwezigen zwijgen en luisteren aandachtig naar wat de persoon met de praatstok in zijn/haar aanwezigheid te vertellen heeft. Het effect hiervan is dat de spreker het gevoel krijgt gehoord te worden. Alles mag gezegd worden en de spreker ervaart volledige vrijheid tijdens het doen van zijn/haar verhaal. Doordat je voldoende aandacht krijgt van de rest, voelt het alsof je beter tot bepaalde inzichten kunt komen en wordt de spreker zich beter bewust van wat hij/zij eigenlijk wil zeggen.

Het gaat erom dat je leert spreken met je hart en niet vanuit je hoofd. Je leert rustig de tijd te nemen om je verhaal te doen. Anderzijds leer je ook veel aandachtiger te luisteren op het moment dat een andere spreker aan de beurt is. Het is de bedoeling dat je het verhaal niet onderbreekt of direct met een opmerking of 'eigen ervaring' te komen. Op die manier leer je eerst goed in te leven, voor je iets tegen de ander zegt. Het meest waardevolle en tegelijkertijd ook het moeilijkste is om te luisteren met aandacht, respect en zonder oordeel.

*Wanneer kun je deze methode inzetten?*

De praatstokmethode heeft ook in kerkelijke kringen zijn diensten al bewezen. In situaties waarin een ingewikkelde probleemstelling werd geschetst, blijkt de bereidheid groot om er samen ook echt uit te komen. Men kan het hart luchten en voelt zich gehoord en vaak zelfs begrepen. Omdat de spreker niet onderbroken mag worden en meningen niet zomaar gegeven mogen worden, leer je goed nadenken voor je iets over het verhaal van de ander zegt. En dan blijkt er meer ruimte te komen voor samenwerking, creativiteit en oplossingsgericht denken.

*Hoe werkt communiceren met de praatstok?*

De praatstok geeft aan welke persoon op dat moment de spreker in de groep is. Degene met de praatstok praat en de rest is stil en luistert aandachtig naar wat de spreker te vertellen heeft. Dit zorgt direct voor meer betrokkenheid bij de groep, de verbinding tussen alle aanwezigen zorgt voor respect en begrip. Gelijkwaardigheid staat voorop en iedereen die aan de dialoog, de vergadering of de discussie deelneemt, kan tijdens de

sessie zijn/haar mening geven, belangrijke gevoelens uiten en zich gehoord en begrepen voelen. De persoon die de praatstok vastheeft, mag zo lang praten tot hij/zij de stok aan een ander doorgeeft. Het is ook mogelijk om vooraf een tijdslimiet af te spreken. Daarnaast kun je met elkaar afspreken dat tijdens een agendapunt iedereen maar één keer het woord mag krijgen.

*Bronnen: [talkingstickinstituut.nl](http://talkingstickinstituut.nl), [vergaderendoejezo.nl](http://vergaderendoejezo.nl)*

## **2. Links naar meer werkvormen**

[Werkvorm In Gesprek](#), constructief en effectief gesprek rondom LHBTI+ en geloven in de vorm van een gezelschapsspel

[Inside-Out](#), programma van vier bijeenkomsten voor ouders van LHBTI+ kinderen in de gemeente