

## Oefening 'Bus in, bus uit' Totale duur: 30 minuten

### Introductie

In deze oefening zullen deelnemers met elkaar in gesprek gaan en met elkaar meedenken over de beste manieren om de DEDICATED-werkwijze toe te passen. We doen dat tijdens een 'busrit', waarbij de 'passagiers' in en uit kunnen stappen.

### Vorbereiding:

Zorg voor stoelen in een 4-zits opstelling zoals in een bus (2 stoelen tegenover 2 andere stoelen). De deelnemers zitten of staan hier in een kring omheen.

### Stap 1:

Geef uitleg over de 'spelregels'. We gebruiken voor deze oefening een denkbeeldige bus. De samenstelling op de 4 zitplaatsen wisselt wanneer mensen in- of uitstappen, net als in een echte bus. Er is plek voor maximaal 4 mensen. Iedereen in de groep moet een keer in de bus hebben gezeten. Dat bereiken we met de spelregels:

- 1) Je mag alleen reageren op wat er wordt gezegd terwijl je in de bus zit. Je kunt dus niet teruggrijpen op iets dat werd gezegd toen jij er nog niet in zat. Als je toch nieuwsgierig bent, kun je anderen wel opnieuw bevragen.
- 2) Je kunt je vanaf de 'zijlijn' niet mengen in het gesprek in de bus. Je moet daarvoor 'instappen'. Als je wilt instappen, steek dan je hand op. De bus 'stopt' dan bij een halte en je mag instappen.
- 3) Er zijn maar 4 zitplaatsen; als er een vijfde passagier instapt, moet er dus ook iemand uitstappen. Het is aan de 4 passagiers die er dan zitten om te besluiten wie vertrekt. Een passagier kan bijvoorbeeld uitstappen als hij/zij klaar is met het gesprek. Ook kan een passagier aan de ander vragen: 'is dit niet jouw halte?' (bijvoorbeeld als hij/zij het niet met hem/haar eens was in het gesprek).
- 4) Als de trainer zegt "Volgende halte", dan moet er gewisseld worden.
- 5) Iedereen moet minimaal 1 keer in de bus gezeten hebben en actief meegedaan hebben aan het gesprek. Als er een keer 3 passagiers in de bus zitten, is het niet erg, maar het liefst hebben we steeds een volle bus. Deelnemers mogen vaker in en uitstappen.

Ga na of de spelregels duidelijk zijn voor iedereen.

## Oefening 'Bus in, bus uit'

Totale duur: 30 minuten

### Stap 2:

Het gesprek start met één inbrenger. Diegene begint met: "Waar ik tegenaanloop, dat is...". Vraag wie dit gesprek wil starten door iets in te brengen waar hij/zij tegenaan loopt. Diegene stapt meteen als eerste passagier in de bus. Komt er geen input vanuit de deelnemers? Pak eventueel terug op de uitrijkaarten van de vorige bijeenkomst.

Mensen die willen reageren (max. 3), stappen ook in de bus. Zij denken mee: waar komt dit vandaan en hoe kan het worden opgelost? Ze geven de inbrenger advies.

De trainer let erop dat het spel verloopt volgens de spelregels. Hij/zij kan ingrijpen als gesprekken afdwalen of stilvallen. De trainer roept bijvoorbeeld "Volgende halte", zodat er een wisseling plaatsvindt. Ook kan de trainer omroepen dat de bus het eindpunt heeft bereikt. Dan moeten alle passagiers wisselen. Er stapt dan dus een nieuwe inbrenger in. Eventueel kan de trainer zelf een thema inbrengen.

### Stap 3:

Gezamenlijke nabespreking van de busreis. Vraag de groep naar specifieke momenten, bijvoorbeeld wanneer iemand op zijn/haar halte werd gewezen, of wanneer een nieuwe passagier opstapte.

Wat gebeurde er? Wat zorgde ervoor dat iemand actie ondernam? Vraag zowel passagiers die zelf in- of uitstapten naar de reden daarvoor. Vraag ook hoe anderen dit hebben gezien.

### Stap 4:

Sluit de oefening af met een korte conclusie over de concrete adviezen die in de bus zijn besproken. Welke praktische adviezen kan de groep hieruit meenemen?