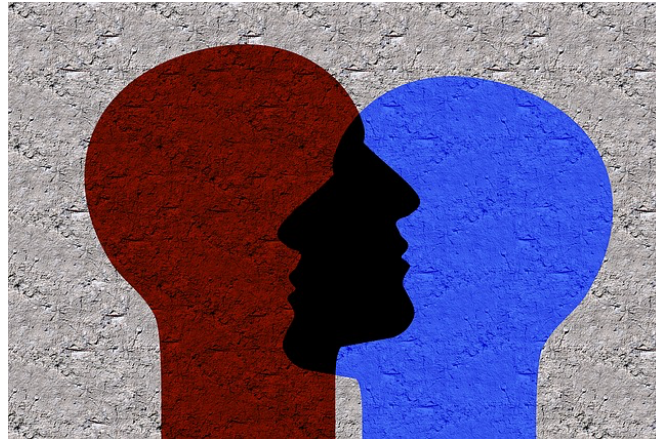


# Dialogoog principes



## Principes voor dialogoog

### 1. Sta OPEN en in het hier en NU

- Wees gelukkig wat je vandaag bent. Laat wat je gisteren deed en morgen wilt doen rusten.
- Laat je persoonlijke agenda en je verwachtingen los.
- Wees open en onderzoek je motieven om iets te willen zeggen.
- Maak je eventuele persoonlijke belang bekend aan de groep.
- Onderzoek je opinies, voorkom krampachtig hieraan vasthouden en verken redenen om ze op te geven.

### 2. LUISTER eerst en neem dan stilte

- Respecteer eenieder die vanuit authenticiteit spreekt: respecteren betekent niet accepteren.
- Zoek naar de diepste betekenis, de essentie, van wat iemand probeert te zeggen. Spreek niet eerder voordat je hierin geslaagd bent.
- Luister als mens tot mens, niet als leden van verschillende groeperingen of organisaties.

### 3. Spreek je diepste weten, spreek uit je HART

- Gun jezelf een moment van innerlijke stilte voordat je spreekt.
- Spreek je diepste weten, niet je eerste gedachte.
- Deel waarom je zegt wat je zegt, deel je onderliggende motivatie.
- Wees bondig en gefocust, spreek zacht en langzaam.
- Vermijd reageren, adviseren, discussiëren en 'spreken over' onderwerpen buiten jezelf.
- Reageer enkel eventueel met te delen wat bij jezelf geïnspireerd of geraakt werd door voorgaande woorden.

- Herhaal jezelf niet, vertrouw erop dat de mensen hebben geluisterd.
- Spreek pas voor een tweede keer nadat iedereen een eerste keer heeft gesproken.

#### **4. Doe mee uit VRIJE WIL.**

- Neem uit vrije wil deel aan de dialoog. Voel je vrij om de cirkel op ieder moment te verlaten.
- Voel je genodigd te spreken maar ook om te zwijgen, wanneer je de talking stick in handen hebt.

#### **5. VERTROUW erop dat het resultaat komt.**

- Heb plezier in het delen en het ontmoeten.
- Richt je op begrijpen en leren, niet op resultaten.
- Stel je open iets te ontvangen dat mooier is dan je ooit had verwacht.

Bron: <http://www.dialooggroep.nl/principes.htm>