

Processtappen in Reflectieve Intervisie



De stappen van het intervisiemodel

Reflectieve intervisie bestaat uit verschillende fasen waarbij het doorlopen in deze volgorde belangrijk is. Zo houd je focus op 'het onderzoek' wat helpt bij het voorkomen van oplossingsgericht denken. Hieronder volgt een toelichting op bijzondere fasen.

Terugblik (5 minuten)

Ieder kijkt kort terug op het praktisch oefenen van de herhaalbare praktijkstap uit de vorige intervisie.

Casussen verzamelen. Wat is een waardevolle Casus? (10 minuten)

In een casus heb je zelf een rol. Als je reflecteert op jezelf dan is elke werksituatie het onderzoeken waard. Dit moment kan klein zijn: bijvoorbeeld een situatie waarin je je wat ongemakkelijk voelde of die net niet helemaal prettig liep. Een kort moment van irritatie, teleurstelling of verontwaardiging is al interessant om te onderzoeken.

Keuze van de casus (5 minuten)

Ieder beschrijft diens casus in één of twee zinnen. Richt je in je beschrijving op jezelf: wat wil jij leren over jezelf in deze situatie? Ga nog niet de inhoud in en vermijd een leervraag die gericht is op het oplossen van een probleem.

Formuleren reflectieve leervraag (10 minuten)

Vraag de inbrenger uit op het zorgvuldig formuleren van de reflectieve leervraag. (gericht op wat men met behulp van deze situatie wil leren over zichzelf). Bijvoorbeeld: 'ik wil leren om'.. of 'hoe leer ik...'. Als deze vraag duidelijk is, ligt een duidelijke focus waarmee de inbrenger nieuwe inzichten over zichzelf kan ontdekken. Dit kan een leerproces voor ieder zijn.

Loslaten eigen beleving (1 minuten)

Om te voorkomen dat vragen gesteld worden vanuit eigen inkleuring wordt een kort stiltemoment gevraagd. Overdenk: 1. Herken je dat de situatie iets met je doet? 2. Kun je kiezen om de herkenning los te laten en je focus te verleggen. Deze fase wordt niet nabesproken. Laat de eigen inkleuring los om volledig de focus bij de ander te leggen.

Beeldvorming (20 minuten)

In deze fase worden open vragen gesteld met het onderzoek op de inbrenger en diens leervraag. Start met het onderzoeken van het concrete moment waarop de inbrenger last heeft ervaren van de situatie. Wat zijn diens gedachten, oordelen, overtuigingen op dat moment? Die éne seconde van dat concrete moment is de deur naar zelfinzicht en de ontdekkingsreis naar hoe men zich verhoudt tot de situatie en zichzelf. Vermijd vragen over acties en oplossingen. Op een later moment gaan we uitgebreid in op deze fase en laten we je zien hoe je kort en krachtig tot de kern van reflectie komt.

Rollenwisseling (10 minuten)

Alle groepsleden leven zich in, in de andere partij(en) uit de betreffende casus. Wat ervaar je, denk je, voel je, als je in deze schoenen zou staan. Hoe ziet dit eruit? Laat dit non-verbaal zien, waarna ieder groepslid vertelt wat deze in het gekozen moment zou ervaren. Praat vanuit 'ik ervaar' en vertel ook hoe je de inbrenger ervaart.

Besluitvorming (10 minuten)

De inbrenger geeft aan welke inzichten er zijn verkregen. Waar is deze zich van bewust geworden?

Praktijkstap (10 minuten)

De inbrenger en daarna ieder groepslid formuleert een praktijkstap waarmee de komende weken geoefend gaat worden. De praktijkstap komt voort uit het inzicht. Bijsturen doe je namelijk door een kleine stap in je leven dagelijks te oefenen en dit te verankeren in je werk/leven.

Posities in communicatie (5 minuten)

Metablik op communicatie ontwikkelen. Bijvoorbeeld: Bespreek de Ego posities in de communicatie (Ouder, Volwassen, Kind) of een andere theorie over communicatie. Een begeleider met kennis hierover kan uitgenodigd worden.

Afronden bijeenkomst (5 minuten)

*Evaluatie en reflectie op deze bijeenkomst.
Vorbereiden en afspraken maken voor de volgende intervisie.*

In het belang van de opvolging van tijdslijnen wordt dit in het volgende document uitgebreid behandeld.