

## MI in groups: 6 nuttige interventies

**Toelichting:** in een groepssetting kun je als trainer / facilitator ORBS strategisch inzetten. Je wilt immers niet alleen verandertaal ontlocken, maar ook het groepsproces in goede banen leiden. Met strategische ORBS- en andere interventies kun je ervoor zorgen dat iedereen in gelijke mate betrokken raakt, zich aan de spelregels houdt en dat de 'spreektijd' rechtvaardig wordt verdeeld.

Hieronder vind je een kleine selectie van nuttige en veelvoorkomende interventies:

### 1. De 'elegante afkap'

Toelichting: Hierbij kap je een 'veelprater' vriendelijk af middels een bevestiging en vervolgens betrek je een stillere deelnemer erbij:

Trainer: 'Daar zeg je iets heel essentieels, Kevin! Ahmed jou heb ik nog niet gehoord, ik ben benieuwd hoe jij dit ziet... Vertel eens?'

### 2. De reparatiereflex van deelnemers paren

Deelneemster Babette: Hans, je moet gewoon tegen jezelf zeggen dat je het kunt en dan ga je er vanzelf in geloven!

Trainer: Babette, jij wilt Hans duidelijk helpen en dat siert je, maar zullen we eens checken of Hans wel een advies wil? Want weet je – soms willen mensen alleen een luisterend oor of iets anders.

Trainer naar Hans: klopt het dat je een advies wil voor de situatie die je net noemde?

Hans: Nee, eigenlijk niet...

### 3. Bevestigen bij weerstand

Deelnemer: Ik heb hier nog niks nieuws geleerd!

Trainer: Wat goed dat je zo leergierig bent... En natuurlijk willen wij je ook graag iets nieuws bieden. Na de pauze gaan we iets doen dat hopelijk interessanter voor je is, namelijk...

### 4. Bewust een gesloten vraag stellen aan een veelprater en verbreden naar de groep:

Trainer: Daar zeg je nogal wat, Koos! Begrijp ik goed dat jij het lastig vindt om om te gaan met afwijzing na een sollicitatie?

Deelnemer: Ja... Ja, dat klopt eigenlijk wel...

Trainer: Dat kan ik me voorstellen... hoe is dat voor de anderen?

### 5. De pre-correctie

Toelichting: Het aankondigen en brengen van een correctieve boodschap. Pre-correcties geven deelnemers hoop en vertrouwen, tonen dat je begrip hebt en nemen de heftigste emoties weg.

Trainer: Robin ik ga je sollicitatiebrief teruggeven en sommige delen moeten opnieuw worden gedaan. Dit is niet veel werk. Ik weet dat jij deze verantwoordelijkheid aankan. In aanvulling wil ik je helpen om de stukken die opnieuw moeten worden gedaan opnieuw te doen, ok? Ik kom over een kwartier bij je.

### 6. Procesbekrchtigingen aan de hele groep

Doel hiervan is een veilig, constructief leerklimaat te creëren. Consequent bekrchtigen leidt tot een betere sfeer en betere leerprestaties en voorkomt storend gedrag.

Trainer: Er wordt hard gewerkt in deze groep en er is ruimte voor humor en openheid. Daardoor krijgen we echt een fijne sfeer in de groep!

# Oefening De 6 interventies in de praktijk

## Stel je voor...

Jullie zijn een groep die bij elkaar komt om hun bovenmatige telefoongebruik onder controle te krijgen. Jullie hebben je mobiele telefoon uiteraard nodig voor werk en privé en vinden er een stuk ontspanning in. Tegelijkertijd (hallo ambivalentie!) merken jullie dat er soms wel erg veel tijd in gaat zitten. Soms vliegt er een hele avond voorbij zonder jullie tijd in andere dingen kunnen steken zoals: sporten, lezen of tijd met kinderen en/of geliefden doorbrengen. Jullie zijn door je omgeving gewezen op deze training en dit is de eerste sessie.

## De opdracht

Er zijn 6 rondes van 3 minuten. Per ronde is 1 van jullie trainer en de rest deelnemer. Per ronde rouleert de rol van trainer.

Degene met de breedste glimlach is A en start als trainer. De persoon links van A is B, dan volgt C, enzovoort.

A begint dus als trainer. Dit doet hij/zij door het stellen van een open vraag aan de groep en - als daar aanleiding toe is - past A interventie 1 toe bij C. In de tweede ronde is B aan de beurt als trainer en stelt open vraag 2 aan de groep. En als daar aanleiding toe is - past B interventie 2 toe bij D. En zo verder!

## Open vragen om te stellen aan de groep:

1. Welke fijne kanten heeft het gebruik van je mobiele telefoon voor je?
2. Jullie zijn hier omdat je telefoongebruik uit de hand is gelopen. Welke nadelen ervaar je hiervan?
3. Stel dat je je huidige telefoongebruik wilt veranderen, wat is dan je doel?
4. En stel dat je besluit dit te veranderen, waar zie je dan tegenop?
5. Stel dat het je zou lukken en je bent een jaar verder. Wat is er dan allemaal ten positieve veranderd?
6. Wat geeft jullie het vertrouwen, of de hoop dat het je kan lukken?

## De rondes met opdracht deelnemer en dubbele (!) opdracht trainer

	Trainer =>	Deelnemer =>	Trainer
<b>Ronde 1</b>	A stelt open vraag 1 aan de groep	<b>C is 'veelprater'</b>	<b>A doet interventie 1</b>
<b>Ronde 2</b>	B stelt open vraag 2 aan de groep	<b>D gaat 'repareren' bij andere deelnemer</b>	<b>B doet interventie 2</b>
<b>Ronde 3</b>	C stelt open vraag 3 aan de groep	<b>E vertoont 'weerstand'</b>	<b>C doet interventie 3</b>
<b>Ronde 4</b>	D stelt open vraag 4 aan de groep	<b>F is ook weer een veelprater</b>	<b>D doet interventie 4</b>
<b>Ronde 5</b>	E stelt open vraag 5 aan de groep	<b>A gaat op zijn telefoon zitten kijken</b>	<b>E doet interventie 5</b>
<b>Ronde 6</b>	F stelt open vraag 6 aan de groep	<b>B zegt of doet iets aardigs</b>	<b>F doet interventie 6</b>

NB: de **rode** en **groene** opdrachten vormen een extra uitdaging en zijn *niet* verplicht. Als er een open, ondersteunend groepsgeprek plaatsvindt n.a.v. de 6 open vragen en enkele reflecties en bevestigingen door de trainer, dan is dat ook al prachtig! Spreek dus met elkaar af hoe uitdagend je de oefening wilt maken!

NB2: voor deelnemers met een rode opdracht: wees sensitief voor de interventie van de trainer en blijf niet hangen in je rol! Wij zijn hier om te leren en niet om de meest vervelende deelnemer ooit te spelen...

**Op 7 en 28 november geven Maarten en Sergio samen een training 'MGV in een groepssetting'.**  
**Er zijn nog enkele plaatsen vrij! Meer weten? Check één van onze websites hieronder!**