

## Samen een stap zetten

|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Korte beschrijving        | Dit is een groepsdynamica-oefening waarbij deelnemers allemaal tegelijkertijd een stap naar voren moeten zetten zonder in eerste instantie te vertrouwen op verbale communicatie. Deze activiteit illustreert hoe communicatie op verschillende niveaus werkt en toont het belang van non-verbale signalen bij coördinatie. |
| Doelstellingen            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ervaren hoe communicatie op meerdere niveaus (verbaal en non-verbaal) functioneert</li> <li>• Bewustwording creëren van signalen voor samenwerking en uitdagingen bij coördinatie</li> <li>• Het belang van observatie, timing en groepsbewustzijn benadrukken</li> </ul>          |
| Duur                      | 10 minuten (kan worden verlengd als er meerdere variaties worden toegevoegd)                                                                                                                                                                                                                                                |
| Sociale vorm              | Groepswerk (4 tot 12 personen)                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Materialen en organisatie | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Geen materiaal nodig</li> <li>• Ruimte voor deelnemers om in een rij te staan met enige afstand voor hen</li> </ul>                                                                                                                                                                |
| Vorbereiding              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maak een rij vrij in de ruimte waar deelnemers comfortabel kunnen staan.</li> <li>• Leg de doelstellingen van de oefening duidelijk uit aan de groep.</li> <li>• Benadruk de veiligheid – deelnemers moeten voorzichtig stappen om botsingen te voorkomen.</li> </ul>              |

### Stapsgewijze beschrijving

|                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Startpositie:</b> Deelnemers staan in een rij naast elkaar, met wat ruimte voor zich.</li> <li>2. <b>Eerste opdracht:</b> Vraag de deelnemers om tegelijkertijd naar voren te stappen. Dit kan meestal eenvoudig worden opgelost door samen af te tellen.</li> <li>3. <b>Toenemende moeilijkheidsgraad:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Stap 1:</b> Er is geen verbale communicatie toegestaan. Deelnemers moeten alternatieve manieren vinden om te coördineren (gebaren, oogcontact, enz.).</li> <li>• <b>Stap 2:</b> De deelnemers sluiten hun ogen. Ze mogen elkaar indien nodig bij de hand nemen, maar de oefening moedigt hen aan om grotendeels los van elkaar te blijven.</li> </ul> </li> <li>4. <b>Reflectie:</b> Bespreek hoe de coördinatie verliep, welke signalen werden opgemerkt en hoe communicatie op subtiele manieren plaatsvindt. Benadruk dat ook in echte situaties communicatie niet alleen verbaal is, maar ook non-verbale signalen omvat.</li> </ol> |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

*De steun van de Europese Commissie voor de productie van deze publicatie houdt geen goedkeuring van de inhoud in; deze geeft uitsluitend de standpunten van de auteurs weer, en de Commissie kan niet aansprakelijk worden gesteld voor het gebruik dat van de daarin opgenomen informatie wordt gemaakt.*

## Variaties en differentiatie

- Verschillende groepsgroottes: Kan worden aangepast voor kleinere of grotere groepen door de opstelling van de rijen te veranderen.
- Voeg complexiteit toe: Introduceer meerdere stappen vooruit of achteruit of voeg gelijktijdige armbewegingen toe.
- Variant met geblinddoekte ogen: De hele oefening kan vanaf het begin met gesloten ogen worden gedaan voor een extra uitdaging.
- Focus op leiderschap versus collectief aanvoelen: Vraag de groep om te coördineren zonder een aangewezen leider.

## Praktische opmerkingen

- Zorg ervoor dat deelnemers voorzichtig lopen om ongelukken te voorkomen.
- Benadruk observatie en geduld; de oefening werkt het beste als deelnemers zich richten op het groepsritme in plaats van op individuele snelheid.
- De nabespreking is essentieel: leg een verband tussen de oefening en samenwerking in het echte leven, waarbij je de verschillende communicatieniveaus benadrukt.
- Kan worden gecombineerd met andere non-verbale coördinatieoefeningen voor een diepere reflectie op groepsdynamiek.

## Referenties | Bronnen

Van den Ouden, L. (2016). *Werkvormenboek: 100 werkvormen om elke bijeenkomst tot een succes te maken – Alles begint met een open geest* (1e druk). ICM Publishing.

De steun van de Europese Commissie voor de productie van deze publicatie houdt geen goedkeuring van de inhoud in; deze geeft uitsluitend de standpunten van de auteurs weer, en de Commissie kan niet aansprakelijk worden gesteld voor het gebruik dat van de daarin opgenomen informatie wordt gemaakt.