

Basisrichtlijnen voor het houden van een Cirkelbijeenkomst

Dit documentje ontvang je van PeerSpirit Inc., een organisatie die zich wijdt aan leven en leiderschap via Circle, Quest en Story (Cirkel, Zoektocht en Verhaal). Sinds de oprichting in 1994 heeft PeerSpirit Cirkelbijeenkomsten begeleid in de VS, Canada, Europa, Afrika, Australië en Nieuw-Zeeland. Het is een consortium van Christina Baldwin en Ann Linnea, samen met collega trainers met expertise in de gezondheidszorg, het onderwijs, overheid, non-profit en milieu organisaties. Zie: <http://www.peerspirit.com>

Het bijeenkomen in cirkel is een oeroude vorm van vergaderen, die al duizenden jaren mensen verbindt via een respectvolle dialoog. De cirkel was het fundament van vele culturen.

Wat een vergadering maakt tot een Cirkelbijeenkomst is de bereidheid van mensen om van het informele praten en voor-ingenomen discussiëren over te stappen naar een ontvangende houding van doordacht spreken en werkelijk luisteren; met daarbij het omarmen en beoefenen van de hierna genoemde structuur.

DE ONDERDELEN VAN EEN CIRKELBIJEENKOMST

- Intentie
- Welkom en Startpunt
- 'Centeren' en Check-in/begroeting
- Overeenkomsten (agreements)
- Drie principes en Drie praktijken (practices)
- Procesbegeleiding
- Check-out en Afscheid

INTENTIE

De intentie bepaalt de cirkel, het bepaalt wie deelneemt, de tijdsduur en wat soort resultaten we mogen verwachten. De initiatiefneemster van de cirkel neemt de tijd om de intentie en de uitnodiging te verduidelijken.

WELKOM EN STARTPUNT

Zodra deelnemers samengekomen zijn, is het helpend voor de host, of een vrijwilliger, om te starten met een gebaar dat de aandacht doet verschuiven van de informele, sociale sfeer naar de zogenaamde cirkel-energie ('from social space to council space'). Dit gebaar kan een moment van stilte zijn, het lezen van een gedicht, of het luisteren naar een lied – wat ook maar bijdraagt aan concentratie.

BELANG VAN HET MIDDEN

Het centrum of midden van de cirkel is zoals de naaf van een wiel: alle energie loopt er doorheen, en het houdt de velg (buitenrand) samen. Om mensen te helpen herinneren hoe het midden de groep helpt, bestaat deze vaak uit objecten die de intentie van de cirkelbijeenkomst representeren. Elk symbool dat dit ondersteunt of schoonheid toevoegt kan dienen: bloemen, een kaart met tekst, een kaars, of een ander meer abstract symbool.

CHECK-IN/BEGROETING

De check-in helpt mensen om in de passende cirkel-gemoedstoestand te komen en herinnert iedereen aan hun betrokkenheid bij de intentie. Het maakt dat deelnemers echt aanwezig zijn. Het delen van persoonlijke verhalen weeft het inter-persoonlijke net van verbinding.

Het is meestal een vrijwilliger die de check-in start en het gaat vandaar verder rond de cirkel. Als iemand niet klaar is om te spreken, spreekt een volgende; en later is er alsnog mogelijkheid voor degenen die nog niet hebben gesproken. Soms plaatsen mensen persoonlijke objecten in het midden om hun aanwezigheid en betrokkenheid bij de intentie te kennen te geven.

CIRKEL OVEREENKOMSTEN INSTELLEN

Het gebruik van overeenkomsten maakt het voor de deelnemers mogelijk om een vrije en diepgaande dialoog te voeren, om respectvol om te gaan met verschillende meningen, en om de verantwoordelijkheid te delen voor het welzijn en de intentie van de groep.

Overeenkomsten die vaak worden gebruikt:

- Verhalen en persoonlijke gegevens zijn vertrouwelijk en blijven onder ons.
- We luisteren naar elkaar met medeleven en nieuwsgierigheid.
- We vragen wat we nodig hebben en geven wat we kunnen.
- We komen overeen om een procesbewaker (guardian) aan te stellen, die luistert naar behoeften, timing en energie. We komen overeen om te pauzeren bij een signaal van de bewaker, en we vragen om dat signaal als we nood hebben aan een pauze.

DRIE PRINCIPES:

In de Cirkel is iedereen een leider:

1. **Leiderschap roteert** tussen alle leden.
2. **Verantwoordelijkheid is gedeeld** ten behoeve van de kwaliteit van de ervaring.
3. **We vertrouwen op heelheid**, meer dan op eender welke persoonlijke agenda.

DRIE PRAKTIJKEN:

1. Spreek met intentie: merk op wat relevant is voor het gesprek in het moment.
2. Luister met attentie: respecteer het leerproces van alle groepsleden.
3. Draag bij aan het welzijn van de groep: bewust blijvend van de impact van je bijdragen.

VORMEN VAN CIRKEL OF RAAD:

Een cirkelbijeenkomst gebruikt meestal drie vormen: een onderdeel met spreekvoorwerp, een vrije conversatie en een reflectiedeel.

Een onderdeel met spreekvoorwerp gebruiken we vaak bij een check-in, check-out en steeds als er een wens is om de dialoog te vertragen, om alle stemmen en bijdragen te verzamelen, en om te kunnen spreken zonder onderbreking.

Een Vrije Conversatie gebruiken we als reacties, interacties, en een injectie van nieuwe ideeën, gedachten en meningen nodig zijn.

Een Reflectie- of Stiltemoment geeft ieder lid de tijd en ruimte om te reflecteren op wat zich aandient, of wat nodig is. Een moment van stilte kan gevraagd worden zodat iedereen zijn rol of impact binnen de groep kan overdenken; of om de groep te helpen zich opnieuw te verbinden met de intentie, of om stil te staan bij een vraag totdat er helderheid ontstaat.

PROCESBEWAKER (GUARDIAN)

Het belangrijkste instrument voor het bevorderen van zelforganisatie en om de cirkel terug te brengen naar haar intentie is de rol van de bewaker. De bewaker is steeds een andere vrijwilliger die het proces en de energie in de groep observeert en bewaakt.

De bewaker maakt meestal gebruik van een zachte geluidsbron, zoals een gong, bel of rammelaar, die aanmaant om te stoppen met elke actie/praten, rustig adem te halen en tot stilte en rust te komen. Als het signaal opnieuw klinkt, vertelt de bewaker waarom hij de pauze inlaste. Elke deelnemer aan de cirkel kan verzoeken om een pauze.

CHECK-OUT EN AFSCHIED

Aan het einde van de Cirkelbijeenkomst is het belangrijk om alle leden enkele minuten de ruimte te geven om te delen wat ze geleerd hebben en wat er achter blijft in hun hart en geest als ze weg gaan.

Het afsluiten van de cirkelbijeenkomst via een check-out brengt een formeel einde aan de bijeenkomst en biedt een kans om te reflecteren op wat gebeurd is en om eventueel de dingen die ze in het midden hebben gezet terug te nemen. Als mensen hun aandacht weer verschuiven van 'council space' naar 'social space', laten ze mekaar vrij om de intensiteit en de aandacht die de cirkel vraagt los te laten. Na de check-out, spreekt de initiatiefneemster, de bewaker en/of een vrijwilliger nog enkele inspirerende woorden van afscheid of geeft ruimte voor een moment van stilte, voordat de cirkelbijeenkomst wordt afgesloten.

Moge jouw cirkels belangrijke lessen voor je brengen en een plaats zijn om tot rust te komen op je reis.

The Components of Circle



Source:



Founded by: Christina Baldwin and Ann Linnea

PO Box 530 Langley, WA 98260 USA • 360-331-3580 • www.peerspirit.com