

Viervoudig luisteren

Vier richtingwijzers



Viervoudig luisteren: vier richtingwijzers

Wat fijn dat jij het teamgesprek over viervoudig luisteren leidt! We adviseren je - als je dat nog niet gedaan hebt - eerst te kijken hoe de leermodules en lesprogramma's precies zijn opgebouwd. Je kunt hiervoor een video bekijken of de beschrijving lezen. Je vindt deze informatie op de website lerenpionieren.nl. Er is daar ook nog ander materiaal te vinden. De handleiding die je nu voor je hebt, loodst je door het basisprogramma. De teksten bij de werkvormen zijn geschreven alsof jij al in gesprek bent met je team, want jullie doorlopen samen dit programma.

Kies op basis van de informatie in deze handleiding per programmaonderdeel de werkvorm die het beste bij jullie past, in totaal dus vier werkvormen. Maak deze keuze van tevoren en niet pas tijdens de bijeenkomst. Download daarna de powerpoint. Haal werkvormen die jullie niet gebruiken uit de presentatie en voeg eventueel toe wat je zelf wilt aanvullen. Bij sommige werkvormen moet vooraf materiaal verzameld worden. Dit is aangegeven in deze handleiding. Dan kunnen jullie aan de slag.

Wij wensen jullie veel plezier en inspiratie toe!

Team ondersteuning proefplekken

Bij de cover: Als beeld voor de proefplek maken we gebruik van een windbuggy die een weg aflegt; de pioniersreis. Viervoudig luisteren is een van de aandachtsgebieden bij het begin van de reis. Het zeil staat symbool voor goed blijven luisteren tijdens de reis.

Viervoudig luisteren - vier richtingwijzers

Overzicht van het basisprogramma



Programmaonderdeel	Tijdpad	Titel	
	Oriëntatie 1	0-20 minuten	Het belang van luisteren
	Oriëntatie 2	0-20 minuten	Ervaringen met luisteren
	Kompas 1	20-40 minuten	Luisterend bijbellezen
	Kompas 2	20-40 minuten	Luisterend bidden
	Reisgids 1	40-70 minuten	Ontdekkingen met luisteren inventariseren
	Reisgids 2	40-70 minuten	Manieren van luisteren evalueren
	Route 1	70-90 minuten	Ontdekkingen verwerken
	Route 2	70-90 minuten	Nog beter luisteren

Tips

- Houd de tijd in de gaten: zo kort mogelijk, maar voel ook aan wat nodig is.
- Wees steeds gericht op jullie eigen praktijk - hoe is wat je in dit programma leert en doet relevant voor jullie situatie?
- Maak actiepunten en vervolgspraken steeds zo concreet mogelijk.



Oriëntatie

Oriëntatie 1 - Het belang van luisteren

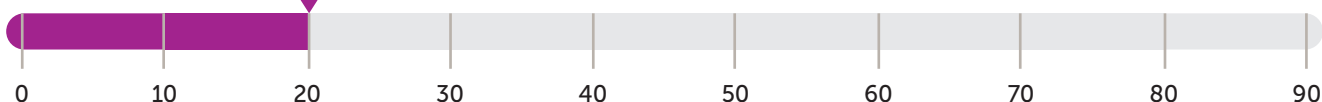
Doel van de werkvorm

We horen vanuit andere proefplekken welke gedachten en ervaringen er zijn met betrekking tot het viervoudig luisteren. Daarna bespreken we hoe luisteren de ontwikkeling van een proefplek beïnvloedt, toegespitst op onze eigen situatie.

Tijdpad



Minuten



Benodigheden

- een apparaat om de oriëntatievideo af te spelen
- eventueel een beamer en een geluidsbox (afhankelijk van de groepsgrootte)
- een groot vel papier met stiften om antwoorden op te schrijven

Beschrijving van de werkvorm

Inleiding 0-1 minuten

Het starten van een proefplek wordt soms vergeleken met een reis. Denk bijvoorbeeld aan een wandelvakantie. Zo'n reis is een heel avontuur. Dat begint thuis al met de eerste ideeën over het reisdoel. Daarna wordt gaandeweg de route bepaald. Onderweg kom je veel onverwachte dingen tegen. Soms leuk, soms uitdagend, soms teleurstellend, soms mooi. Je stelt je reisdoel of de route regelmatig bij, afhankelijk van wat je tegenkomt. Intussen probeer je te genieten van alles wat er onderweg gebeurt.

We beschouwen onszelf nu als initiatiefnemers van zo'n reis. Denk aan de mensen met wie we op reis willen gaan of zijn gegaan. Hoe kunnen we samen met hen de bestemming bedenken? Hoe bepalen we samen wat een goede route is? Wat doen we als onderweg blijkt dat het toch geen goede route is? Hoe betrekken we het thuisfront bij de reis? Wat kunnen we leren van andere reizigers? Viervoudig luisteren is essentieel om antwoord te krijgen op zulke vragen.

Video 1-7 minuten

We bekijken een korte video. Daarin maken we kennis met vertegenwoordigers van een aantal proefplekken. We horen iets over hun gedachten en ervaringen met betrekking tot viervoudig luisteren. Eventueel maken we aantekeningen van wat ons daarin opvalt.

Bespreking 7-20 minuten

1. Hoorden we in de video iets over hoe viervoudig luisteren bij deze proefplekken heeft bijgedragen aan het bepalen van reisdoel en reisroute (zie inleiding werkvorm)?
2. Waar werd volgens de sprekers in de video het meest naar geluisterd?
3. Hebben we in de video iets gemist met betrekking tot viervoudig luisteren?
4. Wat zou er met onze proefplek kunnen gebeuren als we het viervoudig luisteren niet of te weinig in praktijk brengen?

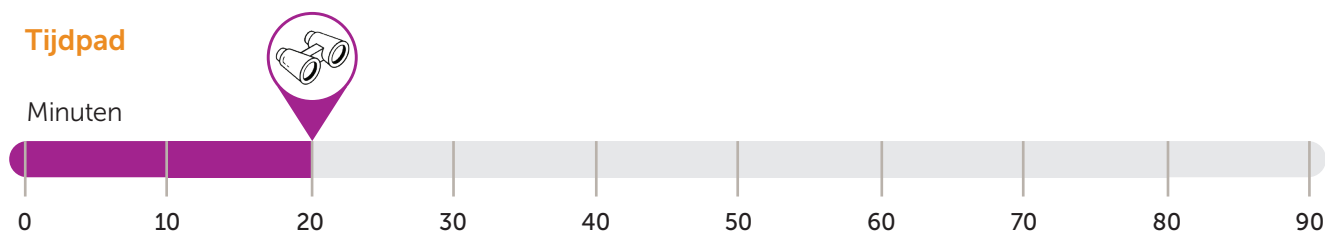


Oriëntatie 2 - Ervaringen met luisteren

Doel van de werkvorm

We maken kennis met luisterervaringen op verschillende plekken en relateren dit aan de ervaringen bij onze eigen proefplek.

Tijdpad



Benodigheden

- een apparaat om de oriëntatievideo af te spelen
- eventueel een beamer en een geluidsbox (afhankelijk van de groepsgrootte)
- een groot vel papier met stiften om gedachten op te schrijven
- de checklist voor luisteren, voor elk teamlid één (te vinden in het document 'Overige bijlagen' op de website)

Beschrijving van de werkvorm

Video 0-6 minuten

We gaan kijken naar een korte video. Daarin maken we kennis met vertegenwoordigers van een aantal proefplekken. We horen iets over hun gedachten en ervaringen met betrekking tot viervoudig luisteren. Eventueel maken we aantekeningen van wat ons daarin opvalt.

Bespreking en opdrachten 6-20 minuten

1. Wat vonden we ervan? Wat viel ons op in de video, in relatie tot hoe wij individueel en als team luisteren in praktijk brengen? Wat is vergelijkbaar, en wat juist niet? Denk niet te lang na, maar deel met elkaar wat als eerste opkomt. (Bij een grotere groep kun je dit eventueel in tweetallen doen.)
2. Neem de checklist voor luisteren door. Kruis individueel aan en bespreek daarna met elkaar wat er het meest uitspringt voor het team.
3. Schrijf de uitkomst in kernwoorden op een vel papier.



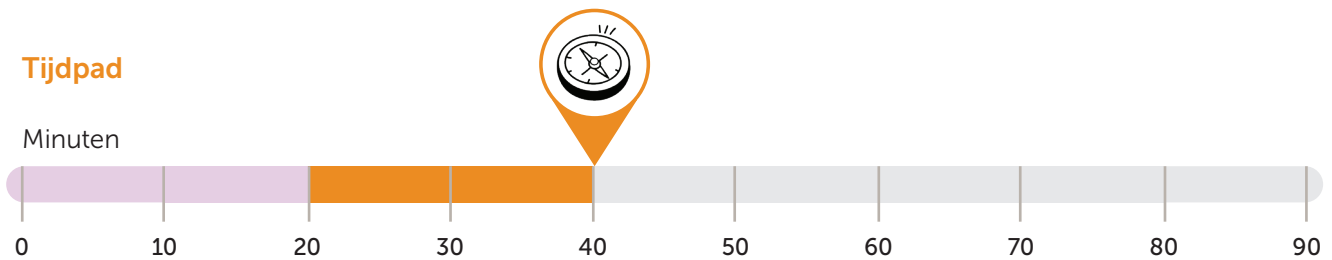
Kompas

Kompas 1 - Luisterend bijbellezen

Doel van de werkvorm

We ervaren wat de Bijbel ons vertelt door met veel zorg naar een bijbeltekst te luisteren. Op deze manier kunnen we met allerlei teksten aan de slag.

Tijdpad



Benodigheden

- bijbels (of een andere vorm van tekst delen) met een vertaling naar voorkeur

Beschrijving van de werkvorm

Inleiding **0-1 minuten**

De Bijbel bevat honderden verhalen die je vaak op verschillende momenten verschillend beluistert. Soms doordat de situatie of toon anders is, soms doordat we ons anders voelen, en soms omdat de vertaling ons wel of niet aanspreekt. Vandaag luisteren we meermaals naar een kort verhaal. We proberen goed te luisteren naar wat de tekst ons zegt.

Toewijding **1-3 minuten**

We richten ons op God door samen het 'Onze Vader' te bidden.

Of door deze tekst uit te spreken op basis van Psalm 25:

Maak ons, HEER, met uw wegen vertrouwd, leer ons uw paden te gaan.

Of door samen deze korte bede uit te spreken:

*God en Vader van onze Heer Jezus Christus,
wees bij ons vandaag
terwijl we luisteren naar uw woord en uw stem.
Terwijl we verstillen en zoeken naar nieuwe wegen
vertrouwen we op de kracht die U ons geeft.
Blijf steeds bij ons, in ons zoeken en zijn.
Amen*





Opdrachten en bespreking **6-20 minuten**

1. Een van ons leest de tekst hardop voor - luister aandachtig naar Marcus 7:24-30 (Jezus in gesprek met de Kanaänitische vrouw). De verteller kiest de bijbelvertaling.
2. Nu leest een ander de tekst nogmaals voor - de anderen luisteren weer aandachtig.
3. We zijn een paar minuten stil en schrijven op: welk woord of welke zin valt het meest op? Welke gedachte of welk gevoel komt bij ieder van ons op?
4. Kort rondje: benoem om de beurt wat je het meeste opviel.
5. Een derde persoon leest de tekst nog een keer voor.
6. Welk woord, welke zinsnede of welk beeld blijft nu het meest hangen? Waarom zou dat zijn, wat roept het op? Bespreek dit in tweetallen.
7. We delen onze ervaringen over wat we hebben beluisterd. Schrijf de kernwoorden kort op. Zit er een overeenkomst in wat we hebben gedeeld? Of is er iets opvallends gezegd? Wat kunnen we ervan leren voor ons initiatief?

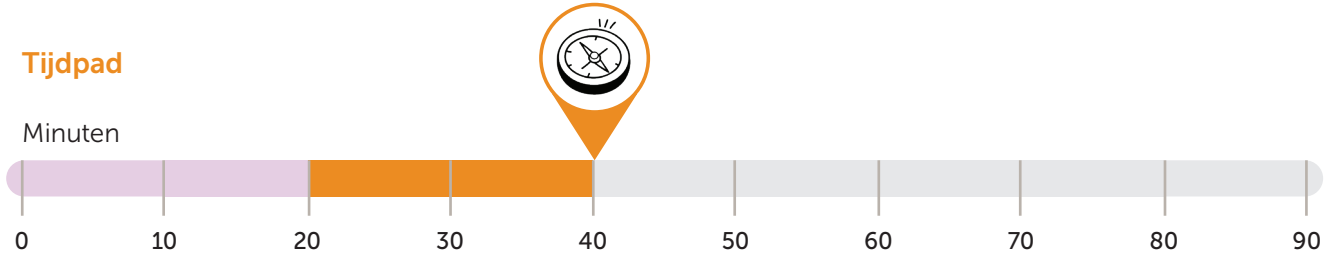


Kompas 2 - Luisterend bidden

Doel van de werkvorm

We bidden samen en brengen zo het belang van luisteren vanuit het hoofd naar het hart. Ook luisteren we naar de stem van God in ons team.

Tijdpad



Benodigheden

- pen en papier voor elk teamlid

Beschrijving van de werkvorm

Startopdracht 0-3 minuten

We kiezen samen een dilemma of vraagstuk dat bij ons initiatief speelt. Iets waar we als team tegenaan lopen of veel over nadenken.

Toewijding 4-5 minuten

We richten ons op God, door samen het 'Onze Vader' te bidden.

Of met deze tekst op basis van Psalm 25:

Maak ons, HEER, met uw wegen vertrouwd, leer ons uw paden te gaan.

Of door samen deze korte bede uit te spreken:

*Heilige Geest, help ons
om te volgen waar U ons leidt.
Om mee te doen in wat U al aan het doen bent.
Om te veranderen waar dat nodig is
en zo het leven in al zijn volheid te ontvangen.
In Jezus' naam.
Amen*

Opdrachten en bespreking 6-20 minuten

1. We zijn nu 5 minuten stil. We proberen onze aandacht bij het gekozen dilemma of vraagstuk te houden. We luisteren naar de stilte. We zijn stil op een manier die voor ons comfortabel voelt.
2. We schrijven voor onszelf kort op wat er in de stilte bij ons opkwam.
3. Wat kwam er bij ons op? Zien we daarin een rode draad? Zou het kunnen dat God ons iets duidelijk maakt in die rode draad? We delen en bespreken dit met elkaar, zonder in discussie te gaan. Het kan zijn dat we deze oefening nog eens moeten herhalen. Het kan ook zijn dat er zich geen rode draad aftekent. Dan is het goed om gewoon met elkaar uit te wisselen wat er bij ons opkwam.



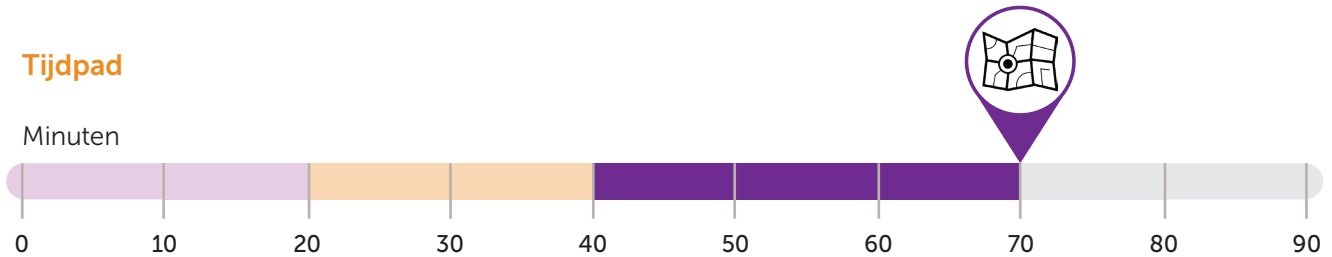
Reisgids

Reisgids 1 - Ontdekkingen met luisteren inventariseren

Doel van de werkvorm

We maken kennis met de basistheorie rond viervoudig luisteren, en betrekken deze op onze eigen proefplek. Dit doen we door per invalshoek te inventariseren wat we al ontdekt hebben door luisteren in praktijk te brengen.

Tijdpad



Benodigheden

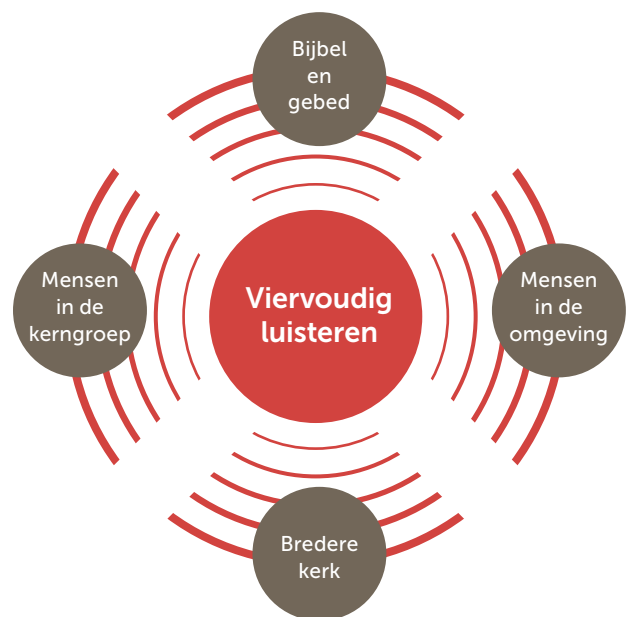
- pen en papier voor elke deelnemer
- de reisgidsvideo en een apparaat om deze af te spelen
- eventueel een beamer en een geluidsbox (afhankelijk van de groepsgrootte)
- post-its met pennen
- 4 vellen papier met daarop de vier invalshoeken voor luisteren
- eventueel de tekst van de video (te vinden in het document 'Overige bijlagen' op de website)

Beschrijving van de werkvorm

Inleiding 0-2 minuten

Deze werkvorm sluit aan bij de inleiding van Oriëntatie 1, waar de vorming van een proefplek wordt vergeleken met een reis. Viervoudig luisteren helpt om alert en flexibel te blijven tijdens de pioniersreis: het is allereerst een spirituele houding. Als team proberen we met onze proefplek steeds zo goed mogelijk af te stemmen op de missie van God: wat is Hij al aan het doen en hoe kunnen wij daarbij aansluiten?

Vanuit deze spirituele basishouding is luisteren ook het belangrijkste hulpmiddel om ons reisdoel en onze route te bepalen. Niet luisteren is als rondwalen in een onbekend gebied, in het donker en zonder kompas. Viervoudig luisteren is onze weg zoeken met een kompas, met vier richtingbepalende invalshoeken. Hoe meer het kompas vanuit verschillende invalshoeken in dezelfde richting wijst, hoe duidelijker het is welke kant we op moeten. Dit brengt ons bij de basistheorie over viervoudig luisteren.





Video 3-9 minuten

We bekijken samen een video waarin de basistheorie over viervoudig luisteren wordt geïntroduceerd. Tijdens het kijken kunnen we opschrijven wat we belangrijk vinden om vast te houden. De tekst van de video staat in het document 'Overige bijlagen' op de website.

Opdrachten en bespreking 9-30 minuten

1. We denken eerst in stilte even na over onze proefplek, ons reisdoel en onze reisroute.
Wat hebben we al ontdekt door goed te luisteren? Ieder schrijft op post-its wat wij als team al hebben ontdekt en plakt deze post-its op het meest bijpassende vel papier. Er zijn vier vellen:
 - voor ontdekkingen door te luisteren met de Bijbel en gebed;
 - voor ontdekkingen door te luisteren in de omgeving;
 - voor ontdekkingen door te luisteren in onze eigen kerngroep;
 - voor ontdekkingen door te luisteren in de bredere kerk.
2. Wat valt op als we de 4 vellen naast elkaar zien hangen (of liggen)?
 - a. Bij welke 'invalshoek' hangen veel briefjes? Of is er veel overeenstemming?
 - b. Door welke 'invalshoek' lijken we ons wat minder te laten leiden?
 - c. Zijn er verschillende 'invalshoeken' die ongeveer in dezelfde richting wijzen?We maken aantekeningen van de bespreking en nemen die mee naar 'Route', het volgende programma-onderdeel.



Reisgids 2 - Manieren van luisteren evalueren

Doel van de werkvorm

We maken kennis met de basistheorie rond viervoudig luisteren, en betrekken deze op onze eigen proefplek. Dit doen we door per invalshoek te bedenken en bespreken hoe wij het luisteren concreet in praktijk brengen.

Tijdpad

Minuten



Benodigheden

- pen en papier voor elke deelnemer
- de reisgidsvideo en een apparaat om deze af te spelen
- eventueel een beamer en een geluidsbox (afhankelijk van de groepsgrootte)
- groot vel papier met stiften
- post-its met pennen
- 4 vellen papier met de vier invalshoeken voor luisteren
- eventueel de tekst van de video (te vinden in het document 'Overige bijlagen' op de website)

Beschrijving van de werkvorm

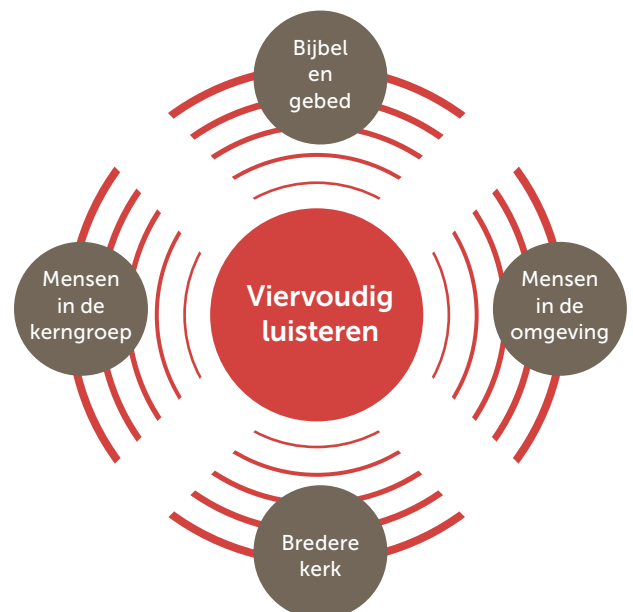
Inleiding 0-2 minuten

Viervoudig luisteren is allereerst een spirituele *houding*. Met onze proefplek proberen we steeds af te stemmen op de missie van God: wat is Hij al aan het doen en hoe kunnen wij daarbij aansluiten? Vanuit deze spirituele basishouding is luisteren ook het belangrijkste hulpmiddel om goede keuzes te maken over wat we moeten doen. In deze werkvorm ligt het accent op evalueren hoe wij luisteren in praktijk brengen. Hoe pakken wij dit aan per invalshoek? Wat doen we al goed en wat kan misschien nog beter?

Tip: Als jullie met meer dan drie mensen zijn, kun je dit eventueel in twee groepen doen, anders doen jullie de opdracht plenair.

Video 1-7 minuten

Eerst bekijken we een video waarin het viervoudig luisteren wordt geïntroduceerd. We kunnen tijdens het kijken opschrijven wat we belangrijk vinden om vast te houden. De tekst van de video staat in het document 'Overige bijlagen' op de website.





Opdrachten en bespreking **8-30 minuten**

1. Neem even de tijd om individueel over onze luisterpraktijk na te denken.
Schrijf dan per invalshoek voor luisteren op post-its hoe wij het luisteren in praktijk brengen.
Verdeel de post-its over vier vellen papier met elk een invalshoek:
 - Hoe geven wij vorm aan luisteren met de Bijbel en gebed?
 - Hoe geven wij vorm aan luisteren in de omgeving?
 - Hoe geven wij vorm aan luisteren in onze eigen kerngroep?
 - Hoe geven wij vorm aan luisteren in de bredere kerk?
2. Tekent zich iets af op de vellen? Is er een invalshoek die er in positieve zin uitspringt (doordat we daar goed raad mee weten) en is er een invalshoek die we misschien lastiger vinden (omdat het ons niet goed lukt om daar vorm aan te geven)?
We maken aantekeningen van de bespreking en nemen die samen met de vier vellen met post-its mee naar 'Route', het volgende programmaonderdeel.



Route

Route 1 - Ontdekkingen verwerken

Doel van de werkvorm

We bespreken de opbrengst van Reisgids 1 en maken afspraken om een vervolg te geven aan onze ontdekkingen.

Tijdpad

Minuten



Benodigheden

- de vier vellen met post-its (ontdekkingen door te luisteren)
- een extra vel om vervolgafspraken op vast te leggen of de tool voor het bepalen van een vervolgroute (te vinden in het document 'Overige bijlagen' op de website)

Beschrijving van de werkvorm

Inleiding **0-1 minuten**

Met Reisgids 1 maakten we een inventarisatie van wat we al hebben ontdekt over ons reisdoel en onze reisroute door goed te luisteren. We deden dit per invalshoek. Hierdoor ontdekten we misschien ook dat we wel goed luisteren, maar niet viervoudig. Of dat we in ieder geval meer gericht zijn op de ene invalshoek dan op de andere.

Bespreking **1-10 minuten**

Als we kijken naar onze ontdekkingen, wat vraagt dan om aandacht en prioriteit, en welke concrete afspraken voor vervolgstappen maken we daarover? We beperken ons voor nu tot één of enkele dingen.

Borging **10-20 minuten**

We maken onze vervolgafspraken zo concreet mogelijk en schrijven deze op. De tabel voor het bepalen van een vervolgroute kan ons hierbij helpen.



Route 2 - Nog beter luisteren

Doel van de werkvorm

We bespreken de opbrengst van Reisgids 2 en maken vervolgfafspraken om het viervoudig luisteren nog beter in praktijk te brengen.

Tijdpad



Minuten



Benodigheden

- de vier vellen met post-its (manieren van luisteren)
- een extra vel om vervolgfafspraken op vast te leggen of de tool voor het bepalen van een vervolgroute (te vinden in het document 'Overige bijlagen' op de website)

Beschrijving van de werkvorm

Inleiding 0-1 minuten

Met Reisgids 2 evalueerden we hoe we het viervoudig luisteren in praktijk brengen. We deden dit door per invalshoek te noteren hoe we daarbij al vormgeven aan luisteren. We bespraken daarbij wat goed gaat en wat nog beter kan.

Bespreking 1-10 minuten

Als we kijken naar onze manieren van luisteren per invalshoek, wat vraagt dan om aandacht en prioriteit, en welke concrete afspraken voor vervolgstappen maken we daarover? We beperken ons voor nu tot één of enkele dingen.

Borging 10-20 minuten

We maken onze vervolgfafspraken zo concreet mogelijk en schrijven deze op. De tabel voor het bepalen van een vervolgroute kan ons hierbij helpen.

Ter afsluiting

We hebben het basisprogramma van de module Viervoudig luisteren afgerond. We weten wat de vier invalshoeken voor luisteren inhouden. Nu is het tijd om aan de slag te gaan met onze vervolgspraken. We gaan goed luisteren, op verschillende manieren!

Na het basisprogramma kunnen we verdiepende programma's volgen. Er zijn lesprogramma's ontwikkeld die dieper ingaan op de afzonderlijke invalshoeken voor luisteren. Daarnaast is er een verdiepend artikel geschreven over viervoudig luisteren.

Het kan ook zijn dat we eerst een ander kernthema willen oppakken. Het totale overzicht van leermodules, lesprogramma's en andere vormen van ondersteuning voor proefplekken kunnen we vinden op lerenpionieren.nl.



**Protestantse
Kerk**

**Protestantse Kerk in Nederland
in samenwerking met partners**

Postbus 8504, 3503 RM Utrecht

(030) 880 18 80

info@protestantsekerk.nl

protestantsekerk.nl

lerenpionieren.nl/samenwerkingspartners

© januari 2024

