



OEFENING 1 NEUTRALITEIT ONTDEKKEN DOOR INDIVIDUELE BESLUITVORMING

Bron: Level 1 training de Lewis-methode van Deep Democracy

In deze oefening gebruik je de vier stappen van de Lewis-methode bij het nemen van een individueel besluit. Door letterlijk in verschillende posities te gaan staan, krijg je nieuwe informatie en ervaar je de situatie anders. Door uiteindelijk enkele stappen naar achteren te doen en met meer afstand te kijken naar je eigen besluitvormingsproces, ervaar je de positie van neutraliteit. Dit kun je goed gebruiken voor jezelf en tijdens een-op-eencoaching van anderen.

- 1 Ga op een plek staan waar je de ruimte hebt.
- 2 Neem een onderwerp in gedachten waar je een beslissing over wilt nemen.
- 3 We gaan nu de 4 stappen van de Lewis-methode gebruiken om alle gezichtspunten de ruimte te geven.
- 4 Stap naar links en vraag je af: waarom zou je het niet doen?
- 5 Stap terug naar het midden.
- 6 Stap naar rechts en vraag je af: waarom zou je het wel doen?
- 7 Stap terug naar het midden.
- 8 Terwijl je weer in het midden staat, kijk je naar links en rechts terwijl je je afvraagt: welke kant heeft de meerderheid?
- 9 Stap naar de kant van de meerderheid. Dit ga je doen. Hoe voelt dat?
- 10 Stap terug naar het midden.
- 11 Terwijl je weer in het midden staat, kijk je naar de minderheidskant. Vraag aan die kant: wat heb je nodig om met de meerderheid mee te gaan?
- 12 Stap in de minderheidskant om het antwoord te vinden.
- 13 Stap terug naar het midden.
- 14 Terwijl je in het midden staat, herhaal je je besluit, waarbij je de minderheidswijsheid toevoegt aan het meerderheidsbesluit. Hoe voelt dit?
- 15 Doe nu een stap naar achteren. Kijk vanuit deze metapositie naar jezelf. Word je gewaar hoe je de beslissing hebt genomen.
- 16 Doe nog een stap naar achteren. Bekijk jezelf vanuit deze meta-metapositie. Zie hoe je naar jezelf kijkt hoe je een beslissing neemt. Wat valt je op?

REFLECTIE

Hoe was het om op deze manier een beslissing te nemen? Wat werd je gewaar toen je een stap terugdeed en naar jezelf keek? Wellicht heb je gemerkt dat je in de middenpositie helemaal 'in' het dilemma zit en dat je met een stap (of meer) naar achteren met meer afstand naar het proces kon kijken. Je krijgt meer

