

# HOUSE OF DEEP DEMOCRACY

House of Deep Democracy, the school | [houseofdeepdemocracy.nl](https://houseofdeepdemocracy.nl)

Conradstraat 108 III 1018 NL Amsterdam | [home@houseofdeepdemocracy.nl](mailto:home@houseofdeepdemocracy.nl) | tel. +31 6 15 26 79 07 | KvK: 62928651



## Programma Check-In Zicht

**Check-in Zicht** is een techniek uit Deep Democracy om verdiepende en lerende gesprekken in groepen te faciliteren en verbinding en begrip te creëren.

**Check-In Zicht** is een eenvoudige en krachtige manier om een groepsgesprek te begeleiden en de waterlijn te laten zakken. Het gesprek is gericht op bewustwording op groepsniveau en individueel niveau. Het resultaat is meer onderling begrip en verbinding, meer compassie en het blootleggen van onbewuste patronen en thema's in de groep.

Met **Check-in Zicht** kun je een veilige omgeving creëren waarin deelnemers open kunnen praten en over zichzelf kunnen leren. De structuur, een check-in gevolgd door het verkennen van persoonlijke inzichten en een check-out, maakt het mogelijk om met weinig interventie een verbindende conversatie te voeren.

Deze vorm is geschikt voor onder andere:

- Het bespreken van gevoelige onderwerpen, zoals bijvoorbeeld diversiteit, inclusie, discriminatie;
- Openbare dialoogsessies;
- Gesprekken in het (online) klaslokaal;
- Praatgroepen, steungroepen;
- Teambuilding.

# HOUSE OF DEEP DEMOCRACY

House of Deep Democracy , the school | [houseofdeepdemocracy.nl](https://houseofdeepdemocracy.nl)

Conradstraat 108 III 1018 NL Amsterdam | [home@houseofdeepdemocracy.nl](mailto:home@houseofdeepdemocracy.nl) | tel. +31 6 15 26 79 07 | KvK: 62928651

## **Training in Check-in Zicht richt zich op:**

- Het inzetten van de check-in structuur in verschillende soorten context, aangevuld met het ophalen van inzichten;
- De rol van de begeleider, begeleiden met compassie en neutraliteit ;
- Check-in rollen samenvatten;
- Onderliggende groepsdynamische theorie, zoals roltheorie.

## **Voor wie?**

Managers, gespreksleiders, facilitatoren, docenten, teamleiders, coaches, trainers, HRM partners. Zowel voor deelnemers met ervaring in Deep Democracy, als zonder deze kennis..

## **Investing in tijd**

4 online sessies van 90 minuten + Huiswerk

## **Vooropleiding en niveau**

Een specifieke vooropleiding is niet vereist.

## **Sessie 1: Check-in Zicht + ijsberg, bewuste & onbewuste**

- ervaren van de Check-In Zicht
- instructies om deze te begeleiden.
- bewuste, onbewuste van de groep

## **Sessie 2: Check-in Zicht + metavaardigheden neutraliteit & compassie**

- doen van de Check-In Zicht
- wat zijn metavaardigheden
- hoe jouw psychologie invloed heeft op je begeleiding

# HOUSE OF DEEP DEMOCRACY

House of Deep Democracy , the school | [houseofdeepdemocracy.nl](http://houseofdeepdemocracy.nl)

Conradstraat 108 III 1018 NL Amsterdam | [home@houseofdeepdemocracy.nl](mailto:home@houseofdeepdemocracy.nl) | tel. +31 6 15 26 79 07 | KvK: 62928651

## **Sessie 3: Check-in Zicht + groepsdynamische theorie**

- oefenen met de Check-In Zicht
- waarom de Check-In Zicht werkt
- rigiditeit en fluiditeit van meningen
- herkennen van patronen in groepen

## **Sessie 4: Check-in Zicht + vragen**

- oefenen met de Check-In Zicht
- reflectie op het geleerde
- vraag en antwoord

Check-in Zicht is een ONLINE programma waarbij je individueel werkt en in de groep;  
Zowel tijdens de sessies als via de besloten groep op LinkedIn. Hier vind je ook  
aanvullend materiaal en contact met de medecursisten én de trainer.  
Heb je geen LinkedIn account, neem dan contact op. Dan kijken we naar een oplossing.