



Reflectieboek

OMGAAN MET DIVERSITEIT

Algemeen

Dit artefact valt onder de European Union Public License (EUPL) en dient gedistribueerd te worden onder de meest recente versie van de EUPL. Meer informatie hierover is beschikbaar op [EUPL | Joinup \(europa.eu\)](https://european-union.europa.eu/eupl).





Dit boek
is van:

INLEIDING

Welkom bij het reflectieboek voor de opleiding "Omgaan met Diversiteit". Deze opleiding is een cruciale stap naar het begrijpen en waarderen van de veelzijdigheid in onze maatschappij en arbeidsmarkt. In een wereld die steeds meer met elkaar verweven raakt, is het vermogen om effectief om te gaan met diversiteit niet alleen een verrijking maar ook een noodzaak.

De opleiding is zorgvuldig ontworpen om deelnemers uit te rusten met zowel de kennis als de praktische vaardigheden die nodig zijn om succesvol te navigeren in een diverse omgeving. Door middel van een unieke blend van theorie en praktijk, biedt deze opleiding een diepgaand begrip van diversiteit op drie cruciale niveaus:

- **Individueel Niveau:** Je wordt uitgenodigd om te reflecteren op je eigen houdingen en overtuigingen, en te ontdekken hoe deze je interacties beïnvloeden. Het doel is om een dieper inzicht te verkrijgen in het belang van diversiteit en om je vaardigheden in samenwerking en inclusieve communicatie te verbeteren.
- **Organisatieniveau:** We verkennen samen hoe organisaties diversiteit kunnen waarderen en integreren in hun beleid en cultuur. Dit segment van de opleiding is gericht op het ontwikkelen van strategieën voor het creëren van een meer inclusieve werkomgeving.
- **Samenlevingsniveau:** We bekijken de impact van onze inspanningen op de bredere maatschappij. Het doel is om bij te dragen aan een samenleving waarin iedereen gewaardeerd en begrepen wordt, en waar diversiteit wordt gezien als een kracht.

Dit reflectieboek dient als je persoonlijke metgezel door de opleiding heen. Het biedt ruimte om je gedachten, ervaringen, en inzichten vast te leggen, waardoor je leerproces wordt versterkt en gepersonaliseerd. Gebruik dit boek om je reis door de fascinerende wereld van diversiteit te documenteren, en om een diepere, meer reflectieve benadering van het onderwerp te ontwikkelen.

LATEN WE SAMEN OP DEZE VERRIJKENDE REIS GAAN EN DE KRACHT VAN DIVERSITEIT
OMARMEN.

LEERDOELEN

1. Basiskennis tov het thema 'Mensen met een beperking':

- De lerende benoemt enkele basisfeiten over mensen met een beperking.
- De lerende herkent de verschillende vormen van identiteit (model van Hoffman)

2. (Eigen) referentiekader tav beperkingen:

- De lerende verwerft inzicht in het eigen referentiekader en vooroordelen over mensen met een beperking.
- De lerende reflecteert op de invloed van zijn/haar referentiekader op het eigen gedrag.
- De lerende verwerft inzicht in het referentiekader van anderen en de impact hiervan op hun gedrag.

3. Kracht/belang van mensen met een beperking:

- De lerende beschrijft het belang en de kracht van de inclusie van mensen met een beperking.
- De lerende bespreekt de uitdagingen en kansen die de inclusie van mensen met een beperking met zich meebrengt.

4. Communicatie/gedrag tav mensen met een beperking:

- De lerende identificeert het verschil tussen inclusief en niet inclusief communiceren met betrekking tot mensen met een beperking.
- De lerende oefent in het stellen van gepast gedrag in sensitieve situaties.

5. Beleidsvisie

- De lerende beschrijft het belang van een beleidsvisie die gericht is op de inclusie van mensen met een beperking.



'3-2-1'-VERWACHTINGEN

Deze ruimte is gecreëerd om je te helpen je leerreis in kaart te brengen, je gedachten te structureren en je persoonlijke doelen te definiëren. Door je verwachtingen duidelijk te formuleren, bereid je je niet alleen voor op wat komen gaat, maar geef je ook waardevolle inzichten aan de trainer om de opleiding zo goed mogelijk op jouw behoeften af te stemmen. Hier ga je drie dingen noteren die je wilt leren, twee concepten die je dieper wilt begrijpen, en één manier waarop je actief gaat bijdragen aan het leerproces. Laten we samen deze leerzame reis beginnen!

Noteer hier drie kennisgebieden, vaardigheden of inzichten die je hoopt te verwerven:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Beschrijf twee concepten, processen of methoden die je beter wilt begrijpen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Definieer één manier waarop je actief gaat bijdragen aan je eigen leerproces, bijvoorbeeld door discussie, vragen stellen of anderen helpen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....





QUIZ-JEZELF

Duik in een boeiende zelfontdekkingstocht met de 'Quiz Jezelf'-activiteit. Deze ervaring is ontworpen om je zelfreflectie en inzicht in diverse thema's te stimuleren. Door jezelf te testen en vervolgens je gedachten en gevoelens in een groepsdiscussie te delen, krijg je de kans om je persoonlijke referentiekader en eventuele vooroordelen te verkennen. Gebruik dit moment om je zelfbewustzijn te verhogen en je begrip van diversiteit te verdiepen.

Hoe weerspiegelden de vragen in de quiz je eigen ervaringen met diversiteit?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Welke inzichten heb je gekregen over je eigen referentiekader en mogelijke vooroordelen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Op welke manieren kunnen je persoonlijke ervaringen en inzichten bijdragen aan een inclusievere omgeving in zowel je persoonlijke als professionele leven?

.....

.....

.....

.....

.....

.....





NOTITIES

A series of horizontal dotted lines for writing notes.





Inclusieve communicatie

6 handvaten voor Inklusieve communicatie



Aanname van de goede wil

Ga er vanuit dat de persoon met wie je in interactie gaat, goede bedoelingen heeft. Geef elkaar het voordeel van de twijfel en schrijf niet meteen kwade intenties toe aan handelingen die je niet begrijpt. Vraag juist door om de intentie van de handeling te begrijpen.



Contextueel denken

In interactie met elkaar zijn er heel wat blinde vlekken. Elke persoon leeft in een eigen contextuele omgeving en gaat in interactie met anderen die eveneens in een eigen contextuele omgeving leven. Wees je bewust van machtsposities en posities van deelidentiteiten in de samenleving. Deze posities hebben altijd invloed op de communicatie. Vanuit deze posities kan anders gereageerd worden dan verwacht.



Waardenconflict

Waarden en normen kunnen in belang verschillen bij diverse personen. Men kan dezelfde waarden belangrijk vinden, maar die kunnen zich uiten in verschillende normen (bv. respect: een hand geven of juist geen hand geven). Toch zijn er een aantal waarden die niet onderhandelbaar zijn en dat zijn de mensenrechten. Als er mensenrechten worden geschonden dan moet dit worden aangegeven.

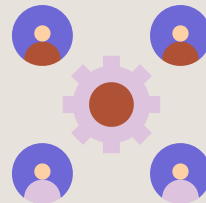
Kruispuntdenken

Een persoon heeft verschillende identiteiten (zoals nationaliteit, geslacht, leeftijd) die elk op elkaar een invloed hebben. Denk na over de verschillende identiteiten van een persoon en kijk breder dan één deelidentiteit.



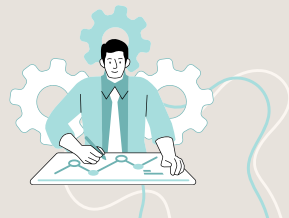
Verschuivende meervoudige identiteiten

Een persoon heeft meerdere identiteiten (zoals geslacht, professionaliteit, herkomst). Wees bewust van de steeds verschuivende identiteiten waarbij één identiteit in een bepaalde context belangrijker is (bv. professionaliteit in een werkcontext). Spreek de persoon dan ook aan op de juiste identiteit.



Niet culturen maar mensen ontmoeten elkaar

Kijk verder dan een 'cultuur' van een persoon. Denk hierbij aan stereotypen rond bepaalde groepen (LGBTQ+, nationaliteiten, mensen met een beperking, digitaal ongeletterden). Ga in gesprek met elkaar in een open houding en laat de stereotypen achterwege.

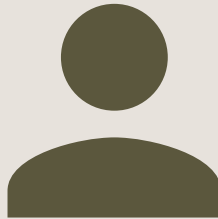




MIJN IDENTITEIT

Kruispuntdenken erkent dat onze identiteiten bestaan uit meerdere lagen en dimensies die elkaar overlappen en vormen. Hier heb je de mogelijkheid om dieper in te gaan op de verschillende aspecten van je identiteit, zoals etniciteit, geslacht, leeftijd, sociale klasse, seksualiteit, en meer. Reflecteer op hoe deze deelidentiteiten met elkaar interageren, je levenservaringen beïnvloeden en bijdragen aan je unieke perspectief. Vul je eigen verhaal in en omarm de rijkdom die ontstaat op de kruispunten van je leven.

Wie ben ik? Schrijf de deelidentiteiten die je in jezelf herkent:



Denk aan een specifieke ervaring of verhaal die licht werpt op hoe deze kruispunten je leven hebben beïnvloed. Hoe heeft deze ervaring bijgedragen aan de persoon die je vandaag bent?

.....

.....

.....

.....

.....

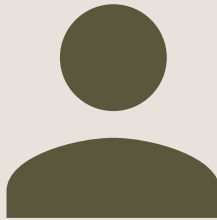
.....





MIJN IDENTITEIT

Welke identiteiten herken je in je buur? Schrijf deze op:



Herken je de deelidentiteiten die je buur over je heeft geschreven? Wat is nieuw?
Wat is herkenbaar? Is er een verschil met jou afbeelding en die van je buur?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





MIJN TIJDLIJN

Identiteiten zijn niet statisch, maar evolueren en passen zich aan met elke nieuwe ervaring, relatie en zelfontdekking. In deze ruimte moedigen we je aan om na te denken over de reis van je identiteit, hoe verschillende aspecten van jezelf in de loop van de tijd en afhankelijk van de context, zijn verschoven, geïntegreerd of op de voorgrond zijn getreden. Dit is een kans om de veelzijdigheid van je levensverhaal te omarmen en de rijke lagen van je persoonlijkheid die samen jouw unieke zelf vormen te waarderen.

Denk na over hoe je identiteit door de jaren heen is veranderd. Welke gebeurtenissen of ervaringen hebben geleid tot een verschuiving of ontwikkeling in hoe je jezelf ziet?



Hoe beïnvloeden de verschillende aspecten van je identiteit met elkaar? Zijn er bepaalde tijden of situaties geweest waarin sommige aspecten van je identiteit prominenter waren dan andere?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





PERSOONLIJKE FEEDBACK

Hier leg je waardevolle feedback vast die je gedurende de opleiding hebt ontvangen en reflecteer je op deze inzichten. Dit proces is niet alleen bedoeld om je bewust te maken van je sterke punten en ontwikkelingsgebieden, maar ook om je te motiveren en te gidsen bij het zetten van concrete stappen naar persoonlijke groei en professionele uitmuntendheid. Gebruik deze ruimte om een diepgaand inzicht te krijgen in jezelf en je pad naar continue verbetering te vormen.

Deze feedback heb ik gekregen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Deze tips heb ik gekregen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





NOTITIES

A series of horizontal dotted lines for writing notes.



CONTEXTUEEL DENKEN

We duiken in de complexe dynamiek van interactie, waarbij we erkennen dat elke persoon handelt vanuit zijn of haar unieke context. Deze benadering legt de nadruk op het begrijpen van interacties als een samenspel van verschillende persoonlijke contexten, elk met hun eigen verhaal, waarden en ervaringen. Daarnaast erkennen we de invloed van een bredere, derde context – de samenleving – die een belangrijke rol speelt in hoe bepaalde deidentiteiten worden waargenomen en gewaardeerd. Door deze gelaagdheid te onderzoeken, ontwikkelen we een dieper begrip van de rijke textuur van menselijke interactie, en hoe individuele en collectieve contexten onze interacties kleuren en vormgeven.

Denk na over een situatie waar de interactie anders verliep. Welke contexten herken jij?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Denk na over hoe historische gebeurtenissen of specifieke tijdperken invloed hebben gehad op je leven. Op welke manieren beïnvloeden je persoonlijke ervaringen en de samenleving je interacties?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





NIET CULTUREN MAAR MENSEN ONTMOETEN ELKAAR

We nodigen je uit om verder te kijken dan de conventionele culturele interpretaties van gedrag en te verkennen hoe individuele acties en reacties worden gevormd door een complex samenspel van persoonlijke geschiedenis, voorkeuren en contextuele factoren.

Denk na over een situatie waarin je een gedrag aan de hand van een stereotype/cultuur verklaarde. Welke alternatieve verklaringen kan je bedenken die niet gerelateerd zijn aan stereotypen/cultuur?

Hoe kan deze reflectie je helpen in je toekomstige interacties en communicatie?
Welke tips geef je jezelf?





PERSOONLIJKE FEEDBACK

Hier leg je waardevolle feedback vast die je gedurende de opleiding hebt ontvangen en reflecteer je op deze inzichten. Dit proces is niet alleen bedoeld om je bewust te maken van je sterke punten en ontwikkelingsgebieden, maar ook om je te motiveren en te gidsen bij het zetten van concrete stappen naar persoonlijke groei en professionele uitmuntendheid. Gebruik deze ruimte om een diepgaand inzicht te krijgen in jezelf en je pad naar continue verbetering te vormen.

Deze feedback heb ik gekregen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Deze tips heb ik gekregen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





NOTITIES

A series of horizontal dotted lines for writing notes.



AANNAME VAN DE GOEDE WIL

We duiken in de benadering van de 'Aanname van de goede wil'. Deze invalshoek nodigt je uit om communicatie en interacties te bekijken door een lens van empathie en begrip, waarbij je ervan uitgaat dat achter elke actie een positieve intentie schuilt. Het is een kans om je vermogen tot conflictresolutie en positieve interactie te versterken, door te reflecteren op hoe de aanname van goede wil je perspectieven kan verschuiven en nieuwe mogelijkheden voor verbinding en begrip kan ontsluiten.

Hoe kan de aanname van goede wil bijdragen aan het oplossen of verzachten van conflicten?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Kan je een situatie herinneren waarin het aannemen van goede wil een positief verschil maakte?

.....

.....

.....

.....

Wat zijn enkele uitdagingen die je verwacht bij het toepassen van dit concept en hoe denk je deze te overwinnen? Welke tips heb je voor jezelf?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





WAARDENCONFLICT

Verken je persoonlijke waarden en die van anderen te verkennen, en reflecteer op de impact die deze waarden hebben op je interacties en beslissingen.

Rangschik jouw waarden van meest naar minst belangrijk op basis van je persoonlijke overtuigingen

<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____

Hoe verschillen jouw topwaarden met die van anderen in je groep?

.....

.....

.....

.....

.....

.....





PERSOONLIJKE FEEDBACK

Hier leg je waardevolle feedback vast die je gedurende de opleiding hebt ontvangen en reflecteer je op deze inzichten. Dit proces is niet alleen bedoeld om je bewust te maken van je sterke punten en ontwikkelingsgebieden, maar ook om je te motiveren en te gidsen bij het zetten van concrete stappen naar persoonlijke groei en professionele uitmuntendheid. Gebruik deze ruimte om een diepgaand inzicht te krijgen in jezelf en je pad naar continue verbetering te vormen.

Deze feedback heb ik gekregen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Deze tips heb ik gekregen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





NOTITIES

A series of horizontal dotted lines for writing notes.





VOORBEREIDING REFLECTIE

We nodigen je uit om verder te kijken dan de conventionele culturele interpretaties van gedrag en te verkennen hoe individuele acties en reacties worden gevormd door een complex samenspel van persoonlijke geschiedenis, voorkeuren en contextuele factoren.

Noteer 3 actiepunten waar jij aan wilt werken:

1

2

3

Welk incident heeft jou het meest geraakt?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





NOTITIES

A series of horizontal dotted lines for writing notes.





REFLECTIE

Welke inzichten uit de opleiding heb je toegepast in je dagelijkse leven of werk?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Wat waren de uitdagingen die je tegenkwam bij het toepassen van deze inzichten en hoe heb je deze aangepakt?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





NOTITIES

A series of horizontal dotted lines for writing notes.



DOELEN STELLEN

DOEL

MOTIVATIE

START DATUM :	STREEFDATUM :	DUUR :
---------------	---------------	--------

ACTIEPLAN

<input checked="" type="checkbox"/>	DATUM :	STAPPEN
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		

DREMPELS

VOORUITGANG <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	DATUM VERVOLLEDIGD :
---	----------------------

DOEL

MOTIVATIE

START DATUM :	STREEFDATUM :	DUUR :
---------------	---------------	--------

ACTIEPLAN

<input checked="" type="checkbox"/>	DATUM :	STAPPEN
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		

DREMPELS

VOORUITGANG <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	DATUM VERVOLLEDIGD :
---	----------------------



NOTITIES

A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.

