

Handleiding - Emotienetwerken

De tool Emotienetwerken

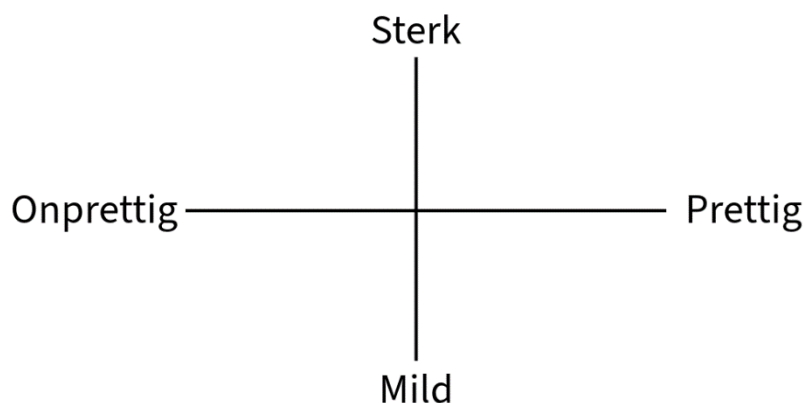
Emotienetwerken is een laagdrempelige participatiemethode om emoties rondom een bepaald thema te verkennen. Dit kan een goed middel zijn om bijvoorbeeld als gemeenteprofessional in gesprek te komen met inwoners over thema's zoals de energietransitie en klimaatadaptatie. De moderatie ligt bij een neutrale buitenstaander waardoor iedereen op dezelfde manier deel kan nemen aan het gesprek.

Voordelen van Emotienetwerken

- Verkennen van uiteenlopende (en soms botsende) gevoelens
 - Voorbeeld: de energietransitie of het aardgasvrij maken van een wijk: Wat is de weerstand, waar komt het vandaan, weerstand tegen wie?
- Begrip creëren voor elkaar.
 - De focus komt te liggen op het delen van perspectieven en gevoelens vanuit verschillende kanten.
- Laagdrempelige manier om het gesprek te starten en te voeren
 - Het begint simpel door visueel te maken waar iedereen staat t.o.v. een bepaald thema en geeft goede handvaten voor het gesprek.

Introductie

Emotienetwerken is een methode om gezamenlijk de emoties en perspectieven die mensen hebben rondom een bepaald thema te verkennen. [Dit filmpje van de Reinwardt Academie](#), die deze methode ontwikkeld heeft, geeft een eerste indruk van de methode. De basis is een assenstelsel dat bestaat uit twee assen: sterk-mild en onprettig- prettig. Een thema wordt fysiek of verbaal gepresenteerd en vervolgens plaatst elke deelnemer zichzelf op een plek in dit assenstelsel. Deze plaatsing kan door middel van een object op een vel papier zijn, maar het kan ook de deelnemer zelf zijn die op een plek in de ruimte gaat staan. Tijdens het gesprek kunnen deelnemer hun positie op het assenstelsel meerdere malen aanpassen.



Oorspronkelijk wordt deze methode ingezet om erfgoed betekenis te geven. Het is een actieve gespreksvorm om bewoners te betrekken bij gevoelige onderwerpen. In gemodereerde groepsgesprekken

worden deelnemers gevraagd om over hun gevoelens na te denken met betrekking tot een bepaald onderwerp. Het kan dus ook gebruikt worden voor thema's zoals stadsverwarming, duurzaamheid en de energietransitie. Hoe staan bewoners tegenover de plannen rondom een stadsverwarming in de wijk? En wat gebeurt er met hun gevoelens als ze het perspectief of ervaringen van anderen horen? Mensen die elkaar in het dagelijks leven niet snel zullen spreken kunnen met elkaar in contact komen en van elkaar leren met behulp van deze methode.



Benodigheden

- 'Neutrale' locatie (bijvoorbeeld geen ruimte in het gemeentehuis)
- Kaart of tafelkleed met assenstelsel erop
- Poppetjes/objecten voor elke deelnemer om op het assenstelsel te plaatsen
- Papier en stiften om verplaatsingen visueel te maken
- Optioneel: Emoticons of emotiewoorden om zo gemakkelijker gevoelens op de assen te plaatsen

Stappenplan

Vorbereiding

Locatie: Kies een neutrale plekken (bibliotheek, musea, wijkcentrum...) die makkelijk te bereiken is voor de gewenste deelnemers.

Deelnemers: 5-10 (diverse groep van inwoners met betrekking tot leeftijd, gezinssamenstelling, sociaal-economische kenmerken, kennisniveau over het te bespreken onderwerp). Probeer naast inwoners ook professionals aan te laten sluiten die werkzaam zijn rond het gekozen onderwerp, zoals bijvoorbeeld een gemeentemedewerker, iemand vanuit de energieleverancier, iemand van de woningcorporatie en/of iemand uit het sociaal domein. Op die manier zorg je ervoor dat je zeker weet dat er vanuit verschillende perspectieven gesproken zal worden. Ook geeft dit de mogelijkheid om specifieke kennis van de

professionals over te kunnen brengen op inwoners. Hanteer 10 deelnemers als maximum zodat het een kleine veilige setting blijft.

Tijdsduur: 1,5 tot 2 uur in de avond, met bijvoorbeeld een laagdrempelige start zoals een maaltijd om een goede sfeer te creëren en alvast kennis met elkaar te maken.

Werving: Gebruik niet de term 'emotienetwerken' in de uitnodiging, maar benoem dat we als mensen/inwoners bij elkaar zitten en het gesprek aangaan. Lokaal eten organiseren als beginactiviteit werkt goed als 'beloning'.

Stappen tijdens het uitvoeren:

De onderstaande stappen dienen als inspiratie voor de opbouw van de sessie. Uiteraard ben je vrij om een aantal stappen over te slaan of aan te passen. Het belangrijkste is dat iedereen zich vrij voelt om te delen wat hij/zij wil en ook de ruimte krijgt om op elkaar te reageren. Het is aan de moderator om op een aantal momenten te vragen of deelnemers hun positie op het assenstelsel aan willen passen om zelfreflectie te stimuleren.

1. Korte introductie door de moderator. Introduceer het onderwerp en licht de opzet van de sessie toe.
2. Deelnemers brengen gevoelens in stilte in kaart door poppetje op het assenstelsel te plaatsen.
3. De moderator vraagt of er deelnemers zijn die een toelichting willen geven waarom ze voor een bepaalde plek hebben gekozen.
4. Deelnemers worden gevraagd om positie te heroverwegen na het horen van de toelichtingen (indien iemand wijzigt, tekenen een lijn van positie 1 naar 2)
5. De moderator vraagt nogmaals of iemand toelichting wil geven op positiewijziging
6. Inbreng van achtergrondinformatie door object, leesmateriaal of toelichting van professional die belangrijk zijn
 - a. Voorbeelden: Infographic van de organisatie, korte video, statements, anekdote
7. Deelnemers kunnen hun positie wederom heroverwegen
8. Gezamenlijke reflectie 1: Welke personen missen we momenteel aan tafel? Op welke positie zou deze persoon zich plaatsen?
9. Gezamenlijke reflectie 2: Welke nieuwe inzichten hebben de deelnemers gekregen? Hoe is de sessie ervaren?
10. Afsluiting door moderator. Geef iedereen nog een mogelijkheid voor laatste op- of aanmerkingen en sluit af met een korte samenvatting of terugblik op de sessie. Noteer belangrijke signalen en actiepunten als die genoemd zijn.

Achteraf

Bied aan het einde de mogelijkheid om overige gedachtes te noteren en nog persoonlijk aanvullende feedback op de sessie te geven. Geef deelnemers de mogelijkheid om contactgegevens achter te laten en/of met elkaar uit te wisselen voor vervolggesprekken.

Moderatierichtlijnen

- Maak duidelijk wat het doel is van de sessie vandaag. Het doel is om met elkaar in gesprek te gaan en van elkaar te leren, er zullen geen belangrijke besluiten genomen worden.
- Stel gezamenlijk met elkaar een aantal spelregels op

- Laat iedereen toelichten vanuit welke rol ze hier zitten. Het kan zijn dat iemand er vanuit twee rollen zit (bijvoorbeeld als moeder die het beste wil voor haar kinderen en als voorzitter van de wijkraad)
- Verplicht iemand niet om er een emotiewoord aan te koppelen, vraag vooral waar ze staan.
- Geef iedereen de mogelijkheid om eigen woorden gebruiken, zelf emoticons te tekenen of woorden in eigen taal op te schrijven.
- Het is mogelijk dat gevoelens niet schuiven en deelnemers er niet over willen vertellen, ook dat is een positie, daaraan wordt niet getrokken. Het kan waardevol zijn om enkel naar elkaar te luisteren.
- Vermijd het woord ‘perspectief’, maar probeer: ‘wat is je gevoel?’ of ‘Hoe sta jij erin?’
- Wissel tussen vragen naar gevoelens (een situatie of gevoel op individueel niveau) af met vragen naar patronen in de groep (op groepsniveau): blijf niet te lang hangen op iemands persoonlijke situatie, zoom dan even uit door gezamenlijk te reflecteren op alle verschuivingen op het assenstelsel.
- Het is belangrijk om goed af te sluiten. Voelt zich iedereen gehoord en gezien aan het eind?