



# Ronald Osephius

## DOEL

---

Het betreft hier een interne oefening die niet aan de cliënt opgestuurd wordt c.q. meegegeven wordt. Het onderdeel Instructie is zodoende opgezet om de begeleider (JJ) handvaten te bieden voor de daadwerkelijke oefening, welke in deze oefening is uitgewerkt. *Cursief gedrukt* is de instructie aan de groep en kan jij eventueel voorlezen.

Deze oefening wordt toegepast bij groepen die elkaar voor het eerst ontmoeten of juist bij een groep die al lang bij elkaar is.

Doel van Praatstok is om een introductie te geven van het met respect naar elkaar luisteren.

## INSTRUCTIE

---

### UITLEG

- ! Laat bij voorkeur de groep in een kring zitten waarbij jij in het midden van de groep zit.
- ! Deze oefening/uitleg is te adviseren als iedereen zijn/haar persoonlijke verhaal gaat doen.
- ! Zet indianen muziek op met goed volume. Hoorbaar [http://www.youtube.com/watch?v=CeBw\\_atUkoo](http://www.youtube.com/watch?v=CeBw_atUkoo)
- ! Praat ongeveer vanaf 00:20:00.
- ! Leg tijdens de start van de muziek de vijf krachtstokken in het midden van de groep.
- ! Neem de tijd. Laat de sfeer in de groep komen. Ze zullen denken wat gebeurt er nu.
- ! Dim de muziek alleen nog steeds hoorbaar.
- ! Probeer zoveel mogelijk uit het hoofd het verhaal te doen of kies voor voorlezen.

---

*Ronald Osephius Inspirator is een handelsnaam van;*

Praktijk Osephius  
Dr. Albert Schweitzerdreef 357  
Residence 't Leije Lant  
Telefoon 010 - 761 1882  
ING Bank NL66 INGB 00060.25.539  
Twitter: @ROSephius  
Facebook: RonaldOsephiusInspirator  
KvK te Rotterdam 52334058

3146 AP Maassluis  
Ingang Karveel  
Mobiel 06 - 21 55 66 00 (Spreek bij geen gehoor a.u.b. bericht in)  
Paypal ronald@ronaldosephius.nl

LinkedIn: ronald-osephius/3771b/aba  
BTW 127164960B03



## Ronald Osephius

- ! Ik neem jullie mee in de kracht van stokken.
- ! Laat duidelijk zien wat de praatstok is en wat de krachtstokken zijn.
- ! Indien jij nu al de behoefte hebt en/of straks tijdens mijn verhaal om een stok te pakken, voel jou vrij.
- ! Men mag een stok kiezen en/of doorgeven.

## UITVOER

*'Waarom geeft u mij geen raad? Dat heb jij jouzelf al gegeven door naar jouzelf te luisteren'*

*Wanneer ik praat, wil jij dan luisteren. En als ik het je vraag, wil jij mij dan antwoorden. Door eerst te zeggen wat ik zei en dan pas te antwoorden. En als jij geantwoord hebt, wil jij dan weer luisteren.*

*Het lijkt zo'n gemakkelijke vraag. Het is zo eenvoudig om te luisteren. Alleen horen wij werkelijk wat er wordt gezegd? In een aantal Blogs heb ik al aandacht geschonken aan dit onderwerp.*

*Als je een 1 op 1 gesprek voert, lijkt de aandacht nog aanwezig. De vraag blijft natuurlijk altijd word ik werkelijk gehoord en begrijp men wat ik zeg? Zit men in een groep dan wordt deze vraag nog interessanter. Want hoe weet ik of de groep de aandacht voor mijn verhaal heeft en ik ook hier gehoord word? Zou men jouw verhaal bevestigen dan zou dat al een signaal zijn dat jij bent gehoord. En als men voor het antwoord geven eerst kort samenvattend bevestigt wat men gehoord heeft dan is dit ook een bevestiging dat jouw verhaal is aangekomen.*

*Allerlei trainingen kunnen jou leren hoe te vertellen en hoe te luisteren. Allemaal hebben ze effect. Als jij natuurlijk luistert en de juiste vragen stelt. En, men erop let of de stof daadwerkelijk bij jou is binnengekomen.*

*Eeuwen geleden had men dit vraagstuk ook al. Een toen wist men een hele simpele oplossing te bedenken. De Indiaanse Praatstok. The Indian Talking Stick!*

*De praatstok is van oorsprong afkomstig van indianenstammen in Noord-Amerika. Een eeuwenoude traditie waarbij dit hulpmiddel gebruikt wordt tijdens raadsvergaderingen van stamoudsten. De praatstok wordt ingezet als communicatiemiddel. Gezeten in een cirkel, wat een*

*Ronald Osephius Inspirator is een handelsnaam van;*

Praktijk Osephius  
Dr. Albert Schweitzerdreef 357  
Residence 't Leije Lant  
Telefoon 010 - 761 1882  
ING Bank NL66 INGB 00060.25.539  
Twitter: @ROSephius  
Facebook: RonaldOsephiusInspirator  
KvK te Rotterdam 52334058

3146 AP Maassluis  
Ingang Karveel  
Mobiel 06 - 21 55 66 00 (Spreek bij geen gehoor a.u.b. bericht in)  
Paypal ronald@ronaldosephius.nl

LinkedIn: ronald-osephius/3771b/aba  
BTW 127164960B03



## Ronald Osephius

gevoel van gelijkwaardigheid symboliseert, voert degene met de praatstok het woord. De mening van de spreker wordt gerespecteerd, iedereen luistert, niemand onderbreekt, niemand spreekt voor zijn beurt.

Diezelfde persoon houdt ook een antwoordsveer vast. Zodra de woordvoerder een vraag wilt stellen aan een ander raadslid, wordt de antwoordveer doorgegeven aan de persoon die de vraag moet beantwoorden.

Na het geven van het antwoord praat degenen met de stok verder.

Als iemand anders wat wilt zeggen, mag hij/zij vragen om de stok. Het ontvangen van de praatstok gebeurt onder 1 voorwaarde; hij of zij vat eerst samen wat degene die het woord voerde heeft gezegd.

Indiaanse kinderen leren al heel jong, vanaf driejarige leeftijd, te luisteren. Het is een persoonlijke eer om iedereen zijn of haar verhaal toe te staan! Hierdoor leren de kinderen de mening van anderen te respecteren. Daarvoor hoeft men er niet mee eens te zijn, alleen ieder zijn standpunt is even waardevol.

Omdat binnen de gesprekken van Praktijk Osephius al vaak gebruik werd gemaakt van het vasthouden van iets wat voorhanden was, was de stap naar het hebben van een eigen Praatstok een hele kleine stap. De Praktijk wees al uit dat dit een bewezen techniek is. Echter was het mij niet bekend dat het een eeuwenoude traditie betrof. Toevalliger wijs kwam ik hier achter. Dit had mede te maken met het feit dat ik altijd geïnspireerd word door de ganzentrek en groene kristallen. En dat veel vrienden mij Chieft noemen. Zo maar. Niemand weet eigenlijk waarom.

En toen werd ik gewezen op de indianen in Noord-Amerika. Wat blijkt; In de dierenriem van de indianen in Noord-Amerika is de sneeuwgangs het totemdier dat geplaatst is in de periode 22 december – 20 januari (mijn geboortedag is 23 december). Volgens de indiaanse astrologie zijn mensen die onder dit teken geboren zijn betrouwbaar en voorzichtig, ambitieus en volhardend, sociaal en efficiënt. De steen die hoort bij de sneeuwgangs is Olivijn. Een steen die gekenmerkt wordt door de constante groene kleur.

Het feit dat deze indianen gebruik maken van de Praatstok, was de stap voor mij om een eigen stok te hebben zo gemaakt.

Samen met Antoinette van Herpen van PuurPotentieel heb ik mij verder in kunnen leven in de mogelijkheden en betekenissen van een Praatstok.

---

Ronald Osephius Inspirator is een handelsnaam van;

Praktijk Osephius  
Dr. Albert Schweitzerdreef 357  
Residence 't Leije Lant  
Telefoon 010 - 761 1882  
ING Bank NL66 INGB 00060.25.539  
Twitter: @ROSephius  
Facebook: RonaldOsephiusInspirator  
KvK te Rotterdam 52334058

3146 AP Maassluis  
Ingang Karveel  
Mobiel 06 - 21 55 66 00 (Spreek bij geen gehoor a.u.b. bericht in)  
Paypal ronald@ronaldosephius.nl

LinkedIn: ronald-osephius/3771b/aba  
BTW 127164960B03



## Ronald Osephius

De symboliek van de bomen, kleuren en dieren hebben bij een Praatstok grote betekenis. Elk soort boom heeft zijn eigen specifieke kracht. Bij het maken van de Praatstok kies jij vaak een tak welke voor jouw gevoel bij jou past. Later kan jij dan nakijken wat de boomsoort voor betekenis heeft. De eerste verrassing wordt dan vaak al ervaren. Dingen gebeuren niet zomaar. Wenst jij direct een bepaalde betekenis aan de Praatstok te koppelen dan kan natuurlijk direct een boomsoort gekozen worden die aansluit bij de betekenis. Er bestaan diverse tabellen met daarin de kenmerken van een boomsoort. Bijvoorbeeld; Berk: waarheid, inspiratie, levendig, bescheiden. Esdoorn: goed voor kindervergaderingen omdat hij zachtheid en vriendelijkheid voorstelt, bescherming, fantasie etc.

Kleuren hebben ieder ook hun eigen betekenis. Hier is het het mooiste om op gevoel jouw kleuren te kiezen en dan achteraf na te lezen wat het betekent. Laat jou verrassen over de uitkomst. Natuurlijk kan jij hier een stok willen maken voor een bepaalde betekenis. Laat jou dan informeren over de kleuren. Bijvoorbeeld; Rood: vertrouwen, leven, respect, liefde, verlangen, aarde, reuk, zwaartekracht, ondersteuning, stilte, ik ben, zelfbehoud, angst, vast, gronden. De dieren daarbij zijn Olifant, os, stier. Groen: Wilskracht, lucht, tastzin, evenwicht, liefde & balans, compassie, verdriet,



Ronald Osephius Inspirator is een handelsnaam van;

Praktijk Osephius  
Dr. Albert Schweitzerdreef 357  
Residence 't Leije Lant  
Telefoon 010 - 761 1882  
ING Bank NL66 INGB 00060.25.539  
Twitter: @ROSeophius  
Facebook: RonaldOsephiusInspirator  
KvK te Rotterdam 52334058

3146 AP Maassluis  
Ingang Karveel  
Mobiel 06 - 21 55 66 00 (Spreek bij geen gehoor a.u.b. bericht in)  
Paypal ronald@ronaldosephius.nl

LinkedIn: ronald-osephius/3771b/aba  
BTW 127164960B03



## Ronald Osephius

*ontwarren, gas, evenwicht, ik bemin, verdriet, zwaarte, zelfaanvaarding, acceptatie van anderen, adem, herfst. De dieren die daarbij horen Antilope, vogels.*

*De indianen werken veel met de symboliek van krachtdieren, ook wel totemdieren genoemd. Een krachtdier is een persoonlijk helper, en een totemdier een helper van stam of familie. Mijn totemdier is de Gans: Waakzaamheid, reizen, gemeenschap, brenger van goed nieuws, communicatie, fantasie. Zodoende is in mijn Praatstok onder andere de gans verwerkt.*

*De Praatstok herinnert ons eraan om de mening van ieder levend wezen te respecteren. Als wij naar de wijsheid en lessen van anderen luisteren, kunnen wij elkaar beter begrijpen en op een respectvolle manier met anderen omgaan.*

*Daarom is de Praatstok een uniek middel in het Bedrijfsleven als bij het werken met Kinderen.*

*Het leidt tot heldere en daadkrachtige vergaderingen met daarbij vaak aanzienlijke tijdsbesparingen. Iedereen voelt zich gezien en gehoord en dit leidt tot samenwerkende en effectieve werkresultaten. In plaats van een stamoudste kan een dagvoorzitter de focus en tijdsbewaking in de gaten houden, en zorgen dat iedereen die wat wil delen ook aan het woord komt.*

*Kinderen kunnen al jong leren aandachtig te luisteren naar anderen, en om andere standpunten te respecteren. Zo kan de Praatstok in een kringgesprek op school worden ingezet. Echter ook in gezinsverband om bijvoorbeeld met volle aandacht elkaars week door te nemen.*

*Alleen schiet nu niet in de paniek. Want denk nu niet dat als jij geen Praatstok hebt, jij niet meer tot vertellen en luisteren kan komen.*

*Voor dat jij aan jouw verhaal wilt beginnen, zowel 1 op 1 als in een groep, kan jij dan simpel zeggen....*

**“IK DE STOK. JIJ DE VEER!”**

---

*Ronald Osephius Inspirator is een handelsnaam van;*

Praktijk Osephius  
Dr. Albert Schweitzerdreef 357  
Residence 't Leije Lant  
Telefoon 010 - 761 1882  
ING Bank NL66 INGB 00060.25.539  
Twitter: @ROsephius  
Facebook: RonaldOsephiusInspirator  
KvK te Rotterdam 52334058

3146 AP Maassluis  
Ingang Karveel  
Mobiel 06 - 21 55 66 00 (Spreek bij geen gehoor a.u.b. bericht in)  
Paypal ronald@ronaldosephius.nl

LinkedIn: ronald-osephius/3771b/aba  
BTW 127164960B03



## FEEDBACK

---

- ✓ Rust.
- ✓ Hoe ervaart men deze uitleg.
- ✓ Ziet men toepassingen of is de strekking duidelijk.
- ✓ Bevestig steeds positief de feedback.
- ✓ Vraag of iemand hier leermomenten heeft ontdekt.

## DUUR

---

15 minuten.

---

*Ronald Osephius Inspirator is een handelsnaam van;*

Praktijk Osephius  
Dr. Albert Schweitzerdreef 357  
Residence 't Leije Lant  
Telefoon 010 - 761 1882  
ING Bank NL66 INGB 00060.25.539  
Twitter: @ROsephius  
Facebook: RonaldOsephiusInspirator  
KvK te Rotterdam 52334058

3146 AP Maassluis  
Ingang Karveel  
Mobiel 06 - 21 55 66 00 (Spreek bij geen gehoor a.u.b. bericht in)  
Paypal ronald@ronaldosephius.nl

LinkedIn: ronald-osephius/3771b/aba  
BTW 127164960B03