

BASISAFSPRAKEN BIJ 2SUPPORT

Een veilige leeromgeving

Om te komen tot leermomenten, is een veilige leeromgeving onontbeerlijk. Heldere afspraken dragen bij aan zo'n leeromgeving. Daarom maken we bij 2SUPPORT altijd een aantal afspraken met deelnemers. Deze afspraken worden in overleg met de begeleiders overeengekomen. Hierbij enkele voorbeelden.

1. We houden rekening met elkaar

We streven naar een leeromgeving waarin iedereen zichzelf durft te zijn en kan zijn. Daarom houden we rekening met elkaar. Zeg tegen een ander wat je zelf graag zou horen en zeg geen dingen die je zelf als vervelend zou ervaren, tenzij het noodzakelijk is om een ander verder te helpen.

2. Wij zijn open en eerlijk

Openheid en eerlijkheid zorgen ervoor dat deelnemers kunnen delen en ontvangen. Het is belangrijk dat eerlijk wordt uitgesproken wat je opvalt, wat je voelt. En sta open voor de mening van een ander. Open zijn betekent vaak dat je een ander moet vertrouwen en dat je je kwetsbaar moet opstellen. Open zijn betekent ook dat je niet vanuit vooroordelen op iemand reageert.

3. Zelf grenzen aangeven

Bij iedere activiteit kan het zijn dat iemand de uitdaging te groot vindt. Dat mag. De keuze die iemand dan maakt dient door de anderen gerespecteerd te worden, al is 'geen zin hebben' geen optie. Overigens kan je bij 2SUPPORT vaak op verschillende moeilijkheidsniveaus deelnemen aan een activiteit.

De genoemde afspraken zijn nauw met elkaar verbonden. De wisselwerking tussen de afspraken zorgt voor een sfeer waarin iedereen de ruimte krijgt om op zijn eigen manier met de activiteiten en uitdagingen om te gaan. De afspraken zorgen er ook voor dat de verantwoordelijkheid ligt waar hij hoort: bij de deelnemers zelf. Daarnaast helpen de afspraken deelnemers om anders te denken en te reageren als ze gewend zijn.

Tussen uitdaging en paniek

Bij 2SUPPORT werken we met sport, adventure en survival. Daarbij dagen we mensen op allerlei manieren uit om hun grenzen te verleggen en nieuwe dingen te leren. Je kunt alleen iets nieuws leren als je verder durft te gaan dan datgene waarmee je al vertrouwd bent.



Bij 2SUPPORT dagen we mensen uit om uit hun 'comfort zone' te stappen. Als je in de 'challenge zone' komt, biedt dat optimale kansen om te leren. Daar zijn echter wel grenzen aan. We willen voorkomen dat mensen in een situatie komen waarin ze zich geen raad meer weten en de situatie niet overzien: in de 'panic zone' kan je niet leren. Bij 2SUPPORT streven we naar een optimale mix van uitdaging en veiligheid, die is afgestemd op de mensen waar we mee werken.