

Reflectieopdracht: Psychologische veiligheid in ons team

Doel: Inzicht krijgen in hoe psychologische veiligheid in het team wordt ervaren, obstakels en kansen benoemen, en eerste stappen formuleren om veiligheid te versterken.

Tijd: 20–30 minuten

Doelgroep: Teamleden en leidinggevenden

Stap 1: Individuele reflectie (5–10 minuten)

Beantwoord de onderstaande vragen voor jezelf (schriftelijk of in stilte):

1. Wanneer voelde jij je onlangs echt veilig in ons team om je uit te spreken? Wat maakte dat mogelijk?
2. Is er een situatie waarin je iets niet durfde te zeggen? Wat hield je tegen?
3. Hoe reageren wij als team op fouten, kritiek of onzekerheid?
4. Wat zou er voor jou veranderen als je je 100% veilig zou voelen in dit team?

Stap 2: Groepsgesprek (15–20 minuten)

Bespreek de volgende vragen met het team:

1. Wat herkennen we in elkaars ervaringen? Wat valt op?
2. Wat doen we al goed als het gaat om psychologische veiligheid?
3. Wat belemmert die veiligheid nog? Welke gewoonten of dynamieken spelen hierin mee?
4. Welke gedragingen of afspraken kunnen we maken om die veiligheid te vergroten?

Stap 3: Actie-afspraken (5 minuten)

Sluit af met een concrete afspraak:

Wat is één ding dat we als team vanaf deze week anders gaan doen om psychologische veiligheid te versterken?

Tip voor vervolg

Plan over 4–6 weken een korte check-in: Hoe gaat het met onze teamafspraken rond psychologische veiligheid?