

# Micro maar niet Min

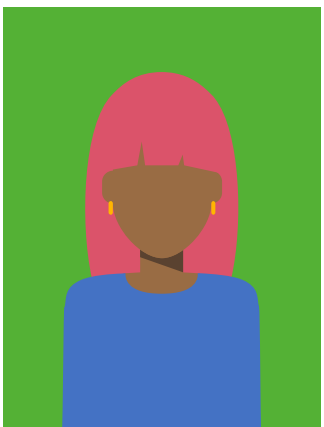
De Grote Impact van Kleine  
Daden

Delia Mensitieri  
27/11/2024



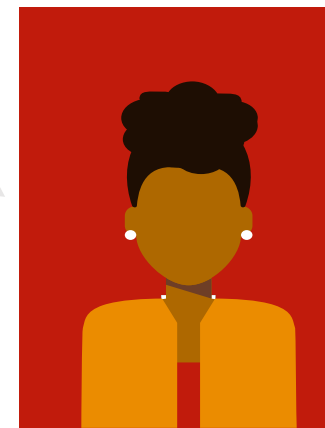
A top-down view of a diverse crowd of people, represented by stylized icons with various hair colors and styles, and clothing colors. The people are scattered across the frame. In the center, there is a large orange rectangular box with a thin rainbow-colored border. Inside this box, the text "Waarom sta ik hier vandaag?" is written in white, bold, sans-serif font.

**Waarom sta ik hier  
vandaag?**

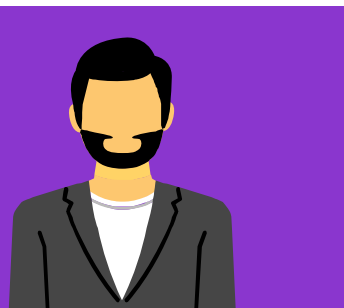


Zwarte Piet is toch normaal?

Ik zie geen kleur, iedereen is voor mij hetzelfde



Waar kom je echt vandaag?



Jij bent een goeie

Mogen vrouwen in jouw cultuur werken?

Mag ik je niet gewoon Fatima noemen? Dat is gemakkelijker

Wat kan je goed Nederlands zeg

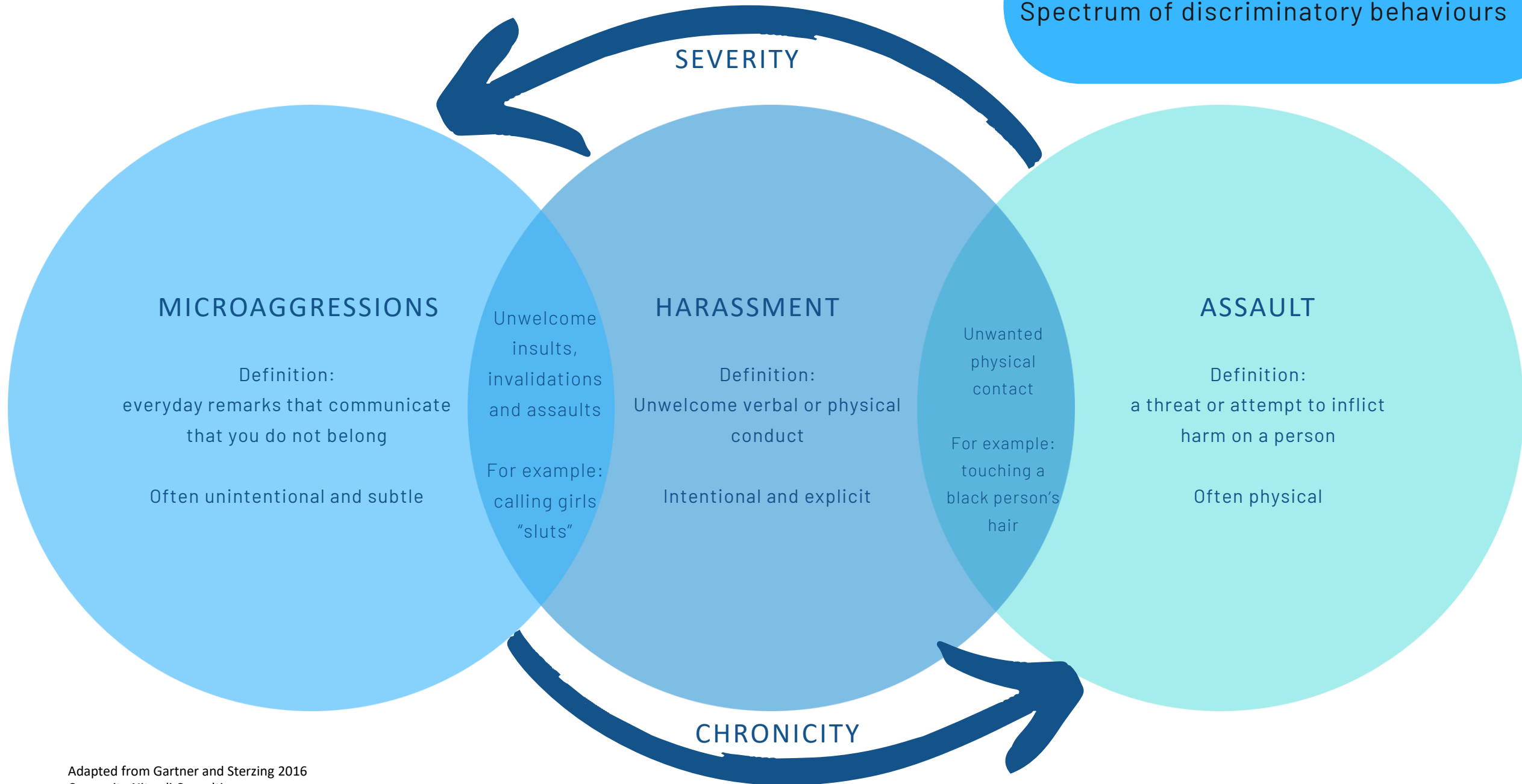


Ben je echt zo bruin of heb je een crème gesmeerd?

A top-down view of a diverse crowd of people, represented by stylized icons with various hair colors and styles, and clothing colors. The people are scattered across the frame. In the center, there is a white rectangular box with the word "Poll" in orange text. Below it is a larger orange rectangular box with a thin rainbow border containing the question "Welke microagressies herken je?" in white text.

# Poll

Welke microagressies  
herken je?



# Microagressies zijn uitingen van vooroordelen en systemische ongelijkheden

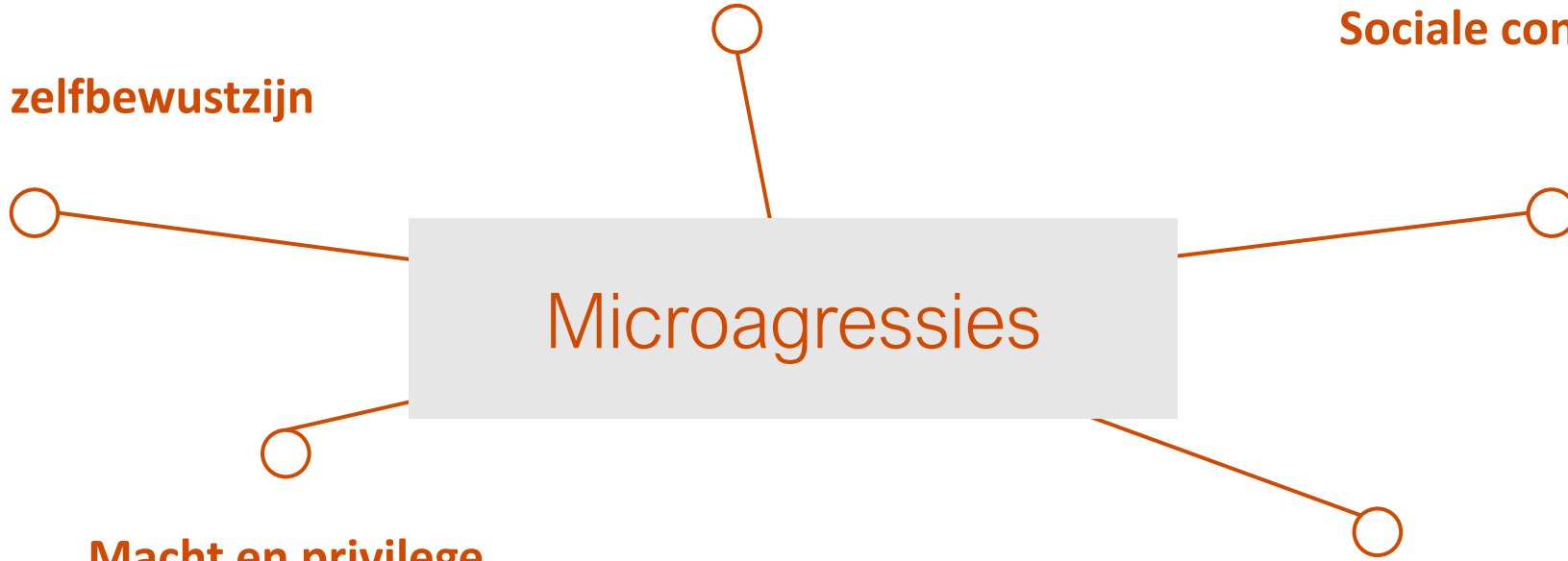
Ze zijn vaak onbewust, subtiel en niet  
met de intentie om te kwetsen



**Historische ongelijkheden**

**Sociale conditionering**

**Gebrek aan zelfbewustzijn**

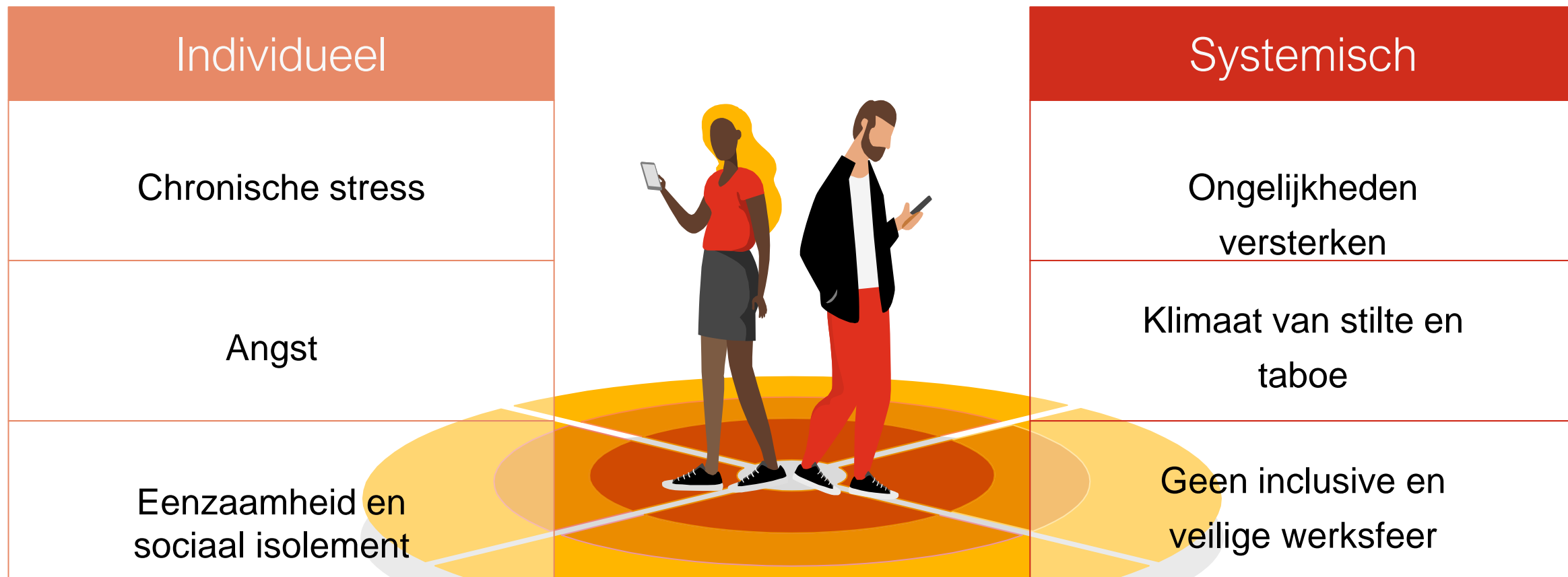


**Macht en privilege**

**Angst en onzekerheid**

**Microagressies**

# Gevolgen



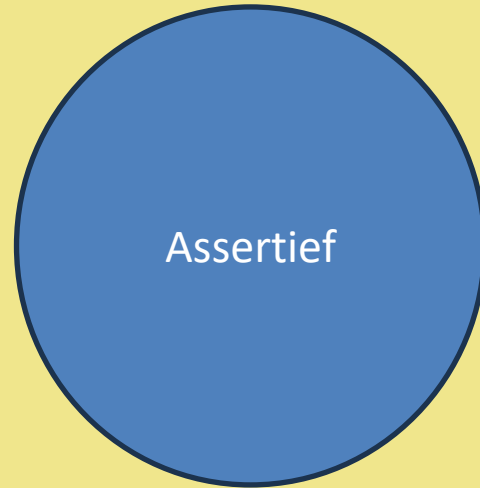
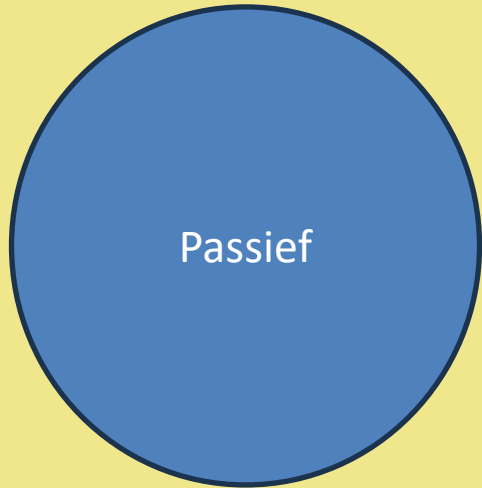




**Hoe gaan we er  
dan mee om?**

# De verschillende reacties

**Iemand anders hun  
noden**



**You noden**





## Discussie

Groepjes van 2-3 personen

- Hoe reageer jij? Passief, assertief of agressief?
- Waarom kies je deze stijl?
- Kun je barrières identificeren om je uit te spreken?
- Tijdsduur: 10 min

# De barriers om te spreken

1. Dacht dat ik de enige was die er zo over dacht
2. Het is mijn baas/iemand van het hoger management
3. De persoon bedoelde het goed en ik wil niet gezien worden als de moeilijke persoon
4. Wilde niet tegen de groep ingaan
5. Ik wist niet wat ik moest doen
6. Ik vond het niet mijn verantwoordelijkheid
7. Ik was te geschokt en boos
8. Op dat moment vond ik het geen probleem
9. Andere

## 3 Peilers



ALS OMSTAANDER



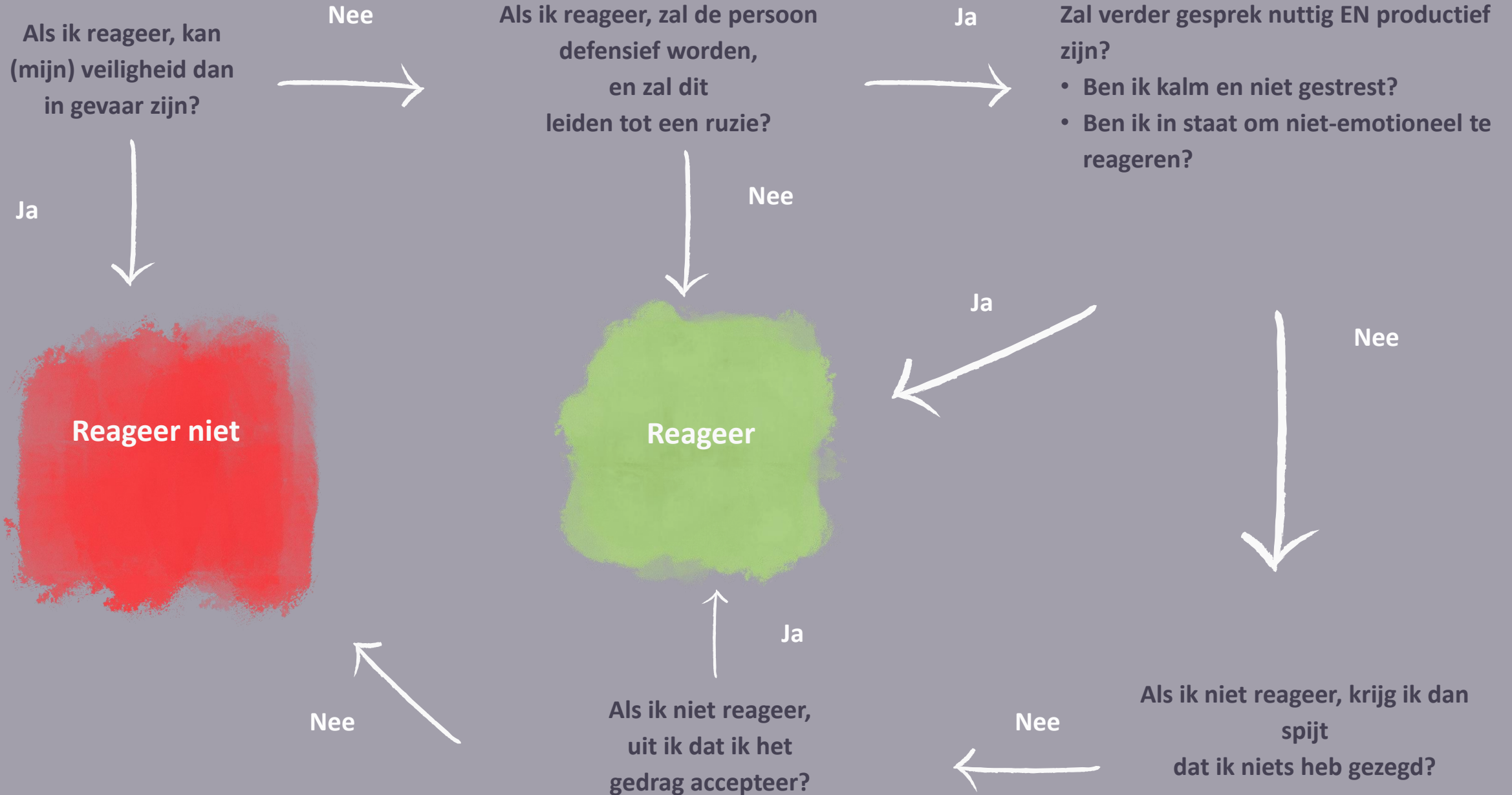
AS DIEGENE DIE HET  
BEGAAT



WIJ ALLEMAAL

Als omstaander: Durf te spreken

# FLOW CHART





**DURF**

**ALS OMSTAANDER**

**ALS ONTVANGER**





Trek een grens

Wees klaar

Ken je grenzen

Identificeer het gedrag

Beroep doen op principes



## STAP 1 : WEES KLAAR

Je weet dat je op een bepaald moment iets ongepasts of discriminerends zult horen of zien.

Wees voorbereid en weet wat je gaat zeggen en hoe je het gaat aanpakken.

Waarom zeg je dat?

Meen je echt wat je net zei?

## STAP 2 : STEL HET GEDRAG VAST

Wijs iemand op zijn gedrag om hem te helpen horen wat ze echt zeggen.

Dus, wat ik je hoor zeggen is dat alle vrouwen niet in staat zijn om leidinggevende functies te bekleden?

### **STAP 3: DOE BEROEP OP PRINCIPES**

**Doe een beroep op iemands hogere principes.**

**Ik heb altijd gedacht dat je  
eerlijk was.**

**Het choqueert me om je zoiets vooringenomen te  
horen zeggen.**

### **STAP 4&5: GRENZEN STELLEN EN EEN LIJN TREKKEN**

**Je kunt anderen niet controleren, maar je kunt anderen  
wel duidelijk maken wat je niet tolereert. Ken je eigen  
grenzen en houd je eraan!**

**Vertel geen racistische grappen meer niet meer  
in mijn aanwezigheid. Als je dat wel doet, vertrek ik**

**Hou je aan dit soort uitspraken.**



# **WEES NIET DEFENSIEF**

**ALS DIEGENE DIE HET BEGAAT**

## Perfectionist

> Je voelt je onder **druk gezet** om altijd het juiste te zeggen of de perfecte acties te ondernemen

## Paralysis

> **Je begrijpt het allemaal niet goed** en weet niet goed wat je rol is om hiermee om te gaan, dus je zwijgt liever

## People-pleasing

> Je geeft **voorrang aan harmonie** boven het confronteren van je eigen vooroordelen

## Procrastination

> **Je wacht** altijd op het juiste moment om te handelen en stelt het voeren van gesprekken uit




**Poll: Welke “P” herken jij in  
jezelf?**





# APPRECIATIE

WIJ ALLEMAAL

# THE TRUST EQUATION

 THEY KNOW  
THEIR STUFF

 THEY ALWAYS  
DELIVER

 I FEEL SAFE  
WITH THEM

$$\text{TRUST} = \frac{\text{C} + \text{R} + \text{I}}{\text{S}}$$

CREDIBILITY    RELIABILITY    INTIMACY

S  
SELF-ORIENTATION



ARE THEY FOCUSED  
ON MY INTERESTS  
OR THEIRS



# LATEN WE EEN POSITIEF MOMENT

## OEFENEN

Denk na over specifieke positieve voorbeelden waarbij iemand je het gevoel gaf dat je veilig was om te delen:

- Een fout die je hebt gemaakt
- Een idee voor verbetering
- Iets in je privéleven dat invloed zou kunnen hebben op je werk op school

Bespreek in groepjes wat anderen deden waardoor jij je veilig voelde

Wissel van rol!



# ACTIE

**Deel welke actie je  
gaat ondernemen om  
microagressies aan te  
kaarten**

**We all have a voice,**

we just need to decide how

we are going to use it

Minda Harts

Dankjewel!

Wil je de conversatie verder zetten?

[hello@deliamensitieri.com](mailto:hello@deliamensitieri.com)

+32493882304

Linkedin: Delia Mensitieri