

Hoe kun jij bijdragen aan sociale veiligheid op de VU?



1. Sta open voor andere perspectieven

- Luister actief naar anderen, ook als je het niet eens bent.
- Voel je een oordeel opkomen? Kijk of je daar een nieuwsgierige vraag aan de ander van kunt maken.
- Laat mensen uitspreken en voorkom onderbrekingen.

2. Feedback geven en ontvangen

- Geef constructieve feedback: focus op gedrag, niet op de persoon.
- Sta open voor feedback op je eigen gedrag – leer ervan.
- Neem verantwoordelijkheid als je iets verkeerd hebt gezegd of gedaan.

3. Ga bewust om met je woorden en gedrag

- Denk na over de mogelijke impact van je grap of opmerking.
- Vermijd discriminerende, racistische, intimiderende en seksistische taal.
- Wees je bewust van de manier waarop jij naar de wereld kijkt en hoe dat jouw mening over anderen beïnvloedt.

4. Creëer ruimte voor anderen

- Draag bij aan een positieve sfeer.
- Betrek nieuwe of stillere studenten, collega's of PhD's actief bij het gesprek.
- Stel open vragen, geef anderen de ruimte om hun verhaal te delen.

5. Sta op tegen ongewenst gedrag

- Zie je ongewenst gedrag? Spreek je uit (als het veilig is) of meld het. [Check ook de tips](#) over hoe je interventies kunt doen als active bystander.
- Steun iemand die zich sociaal onveilig voelt – laat merken dat diegene er niet alleen voor staat.

6. Weet waar je terecht kunt

- Heb je te maken met ongewenst gedrag, zoals pesten, discriminatie, racisme of (seksuele) intimidatie?
- Kijk [hier](#) waar je binnen de VU terecht kunt.