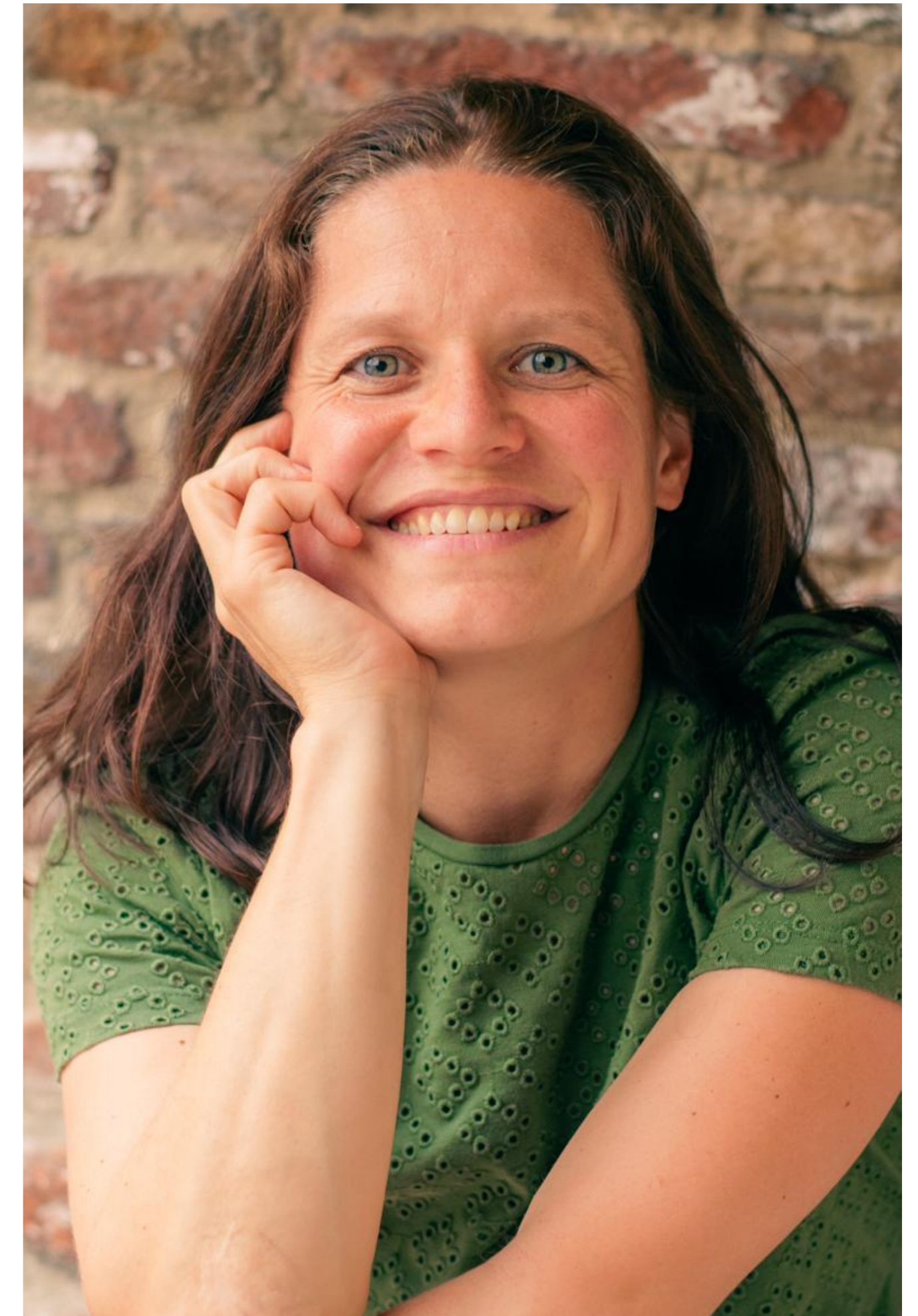


# Workshop begeleidingsvaardigheden van werkplekbegeleiders



Petra van Zijtveld  
Trainer cursus begeleidingsvaardigheden  
Instituutsopleider OSOF



Inge Leunisse  
Trainer cursus begeleidingsvaardigheden  
Schoolopleider OSOF



# Programma

- Welkom
- Heb je een minuutje?
- Korte uitleg verdiepingscursus
- Zwijgen is goud
- Complimenteer jezelf
- Kernkwadrant
- Kritische feedback



# Doelen verdiepingscursus

De deelnemer:

- Is geoefend in actief luisteren.
- Werkt bewust met kernkwadranten.
- Verstaat de kunst van het vragen stellen.
- Zet begeleidingsvaardigheden in door bij de student positieve energie te versterken.
- Stimuleert de student om nieuwe uitdagingen aan te gaan.
- Helpt de student zicht te krijgen op blinde vlekken.
- Durft slecht nieuws te geven.
- Kent de eigen valkuilen bij begeleidingsvaardigheden.



# Oefening: *Heb je een minuutje?*

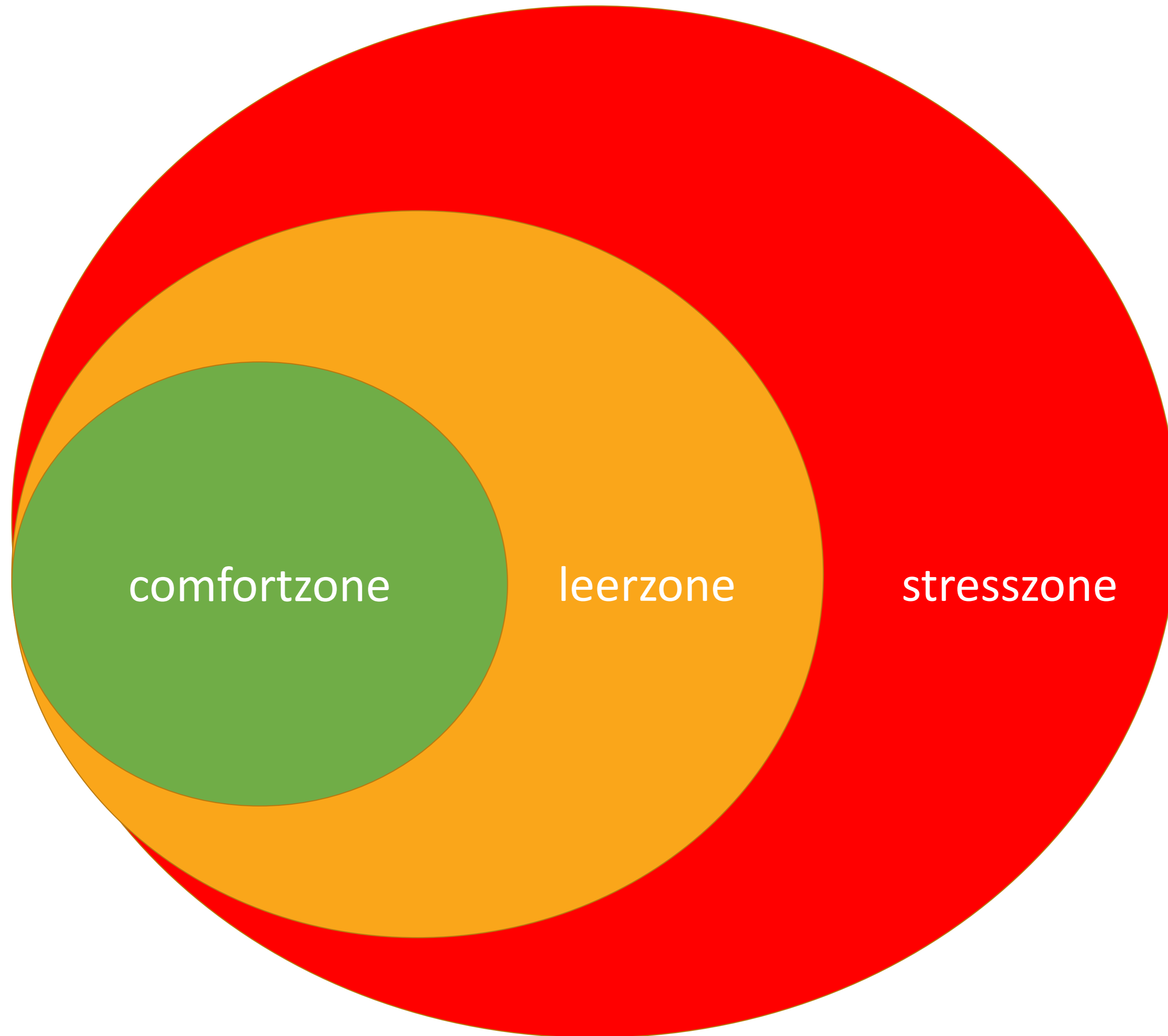
- Zorg dat je een pen bij de hand hebt.
- Je krijgt een persoonlijke opdracht.
- Lees de opdracht pas NA HET STARTSEIN.
- Je hebt 1 minuut de tijd. Die ene minuut werken we in volledige stilte.
- Deel je opdracht niet met anderen.



1:00







# Uitgangspunten





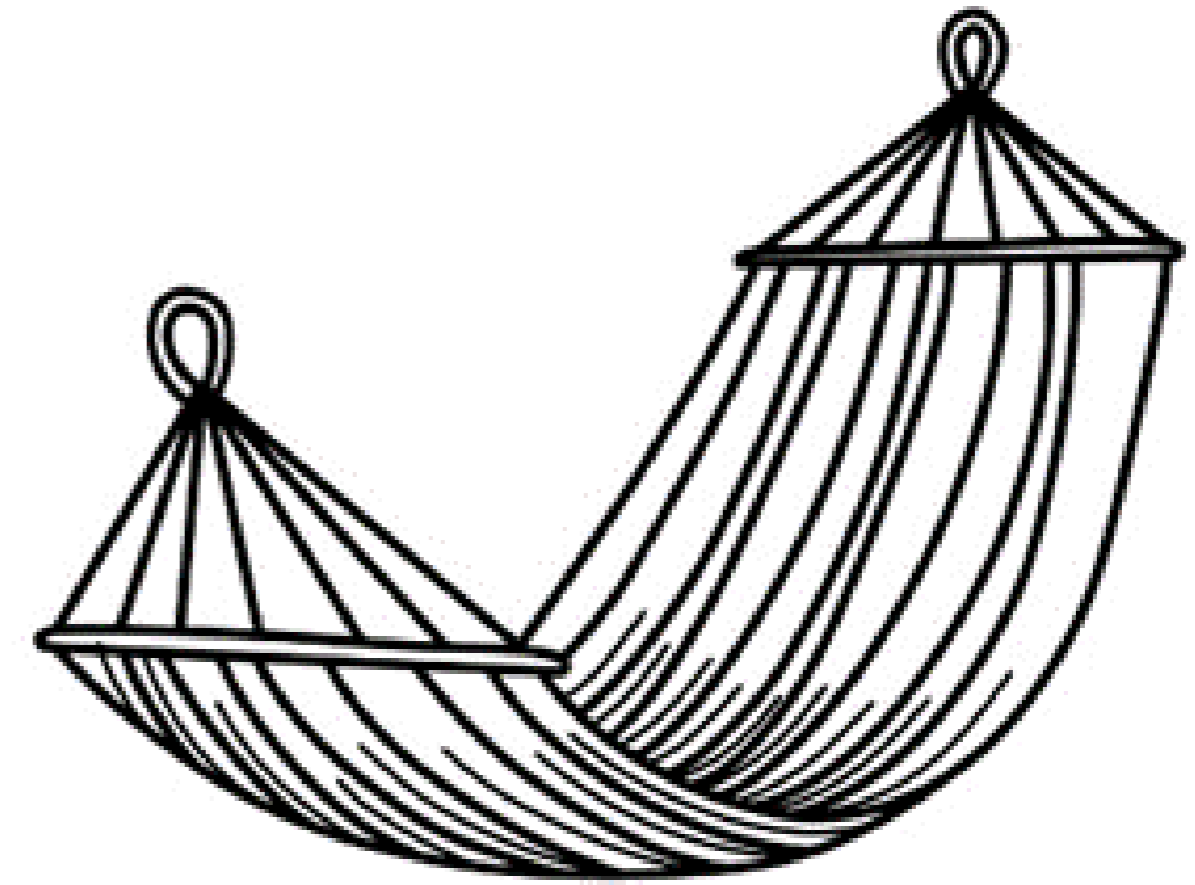
# Begeleidingsvaardigheden verdieping

- Tijdens de bijeenkomsten vooral fouten maken, oefenen, blunderen en doorgaan.
- Probeer buiten je comfortzone te gaan zitten om uitdaging te houden.



# Hangmat

- De student werkt!
- Jij denkt mee, daagt uit, enthousiasmeert... maar hangmat.



# Oefening: *Zwijgen is goud*

- Werk in tweetallen A en B.
- Schrijf in maximaal 2 regels een ergernis van afgelopen week op.
- A vertelt het hele verhaal in 2 minuten.
- B luistert en zwijgt.
- Beiden zwijgen na het verhaal 1 volle minuut.
- Daarna stelt persoon B één vraag naar aanleiding van het verhaal.
- A beantwoordt de vraag kort en bondig in 1 minuut.
- Wissel van rol.
  
- Bespreek met elkaar wat het zwijgen met je deed en wat dit deed met de vraag die je uiteindelijk hebt gesteld.



10 minuten

# Wat belemmert ons in het stellen van goede vragen?

- Over jezelf praten is véél lekkerder dan vragen stellen.
- Angst, oftewel vraagvrees: vragen is soms hartstikke eng.
- Objectiviteit: we zijn verleerd objectief te redeneren.
- Tijd: we denken dat het tijd kost om goede vragen te stellen.
- Competentie: we krijgen het niet geleerd.





# Oefening: *Complimenteer jezelf*

Schrijf 10 verschillende talenten van jezelf elk op een losse post-it!

5 minuten



Leg er 6 opzij, zodat jij je 4 sterkste kwaliteiten overhoudt.

2 minuten



Bedenk bij iedere kwaliteit:

- een voorbeeld binnen je werk waarop jij dit talent hebt laten zien  
en
- een moment in een andere context waarop je ditzelfde talent hebt laten zien.

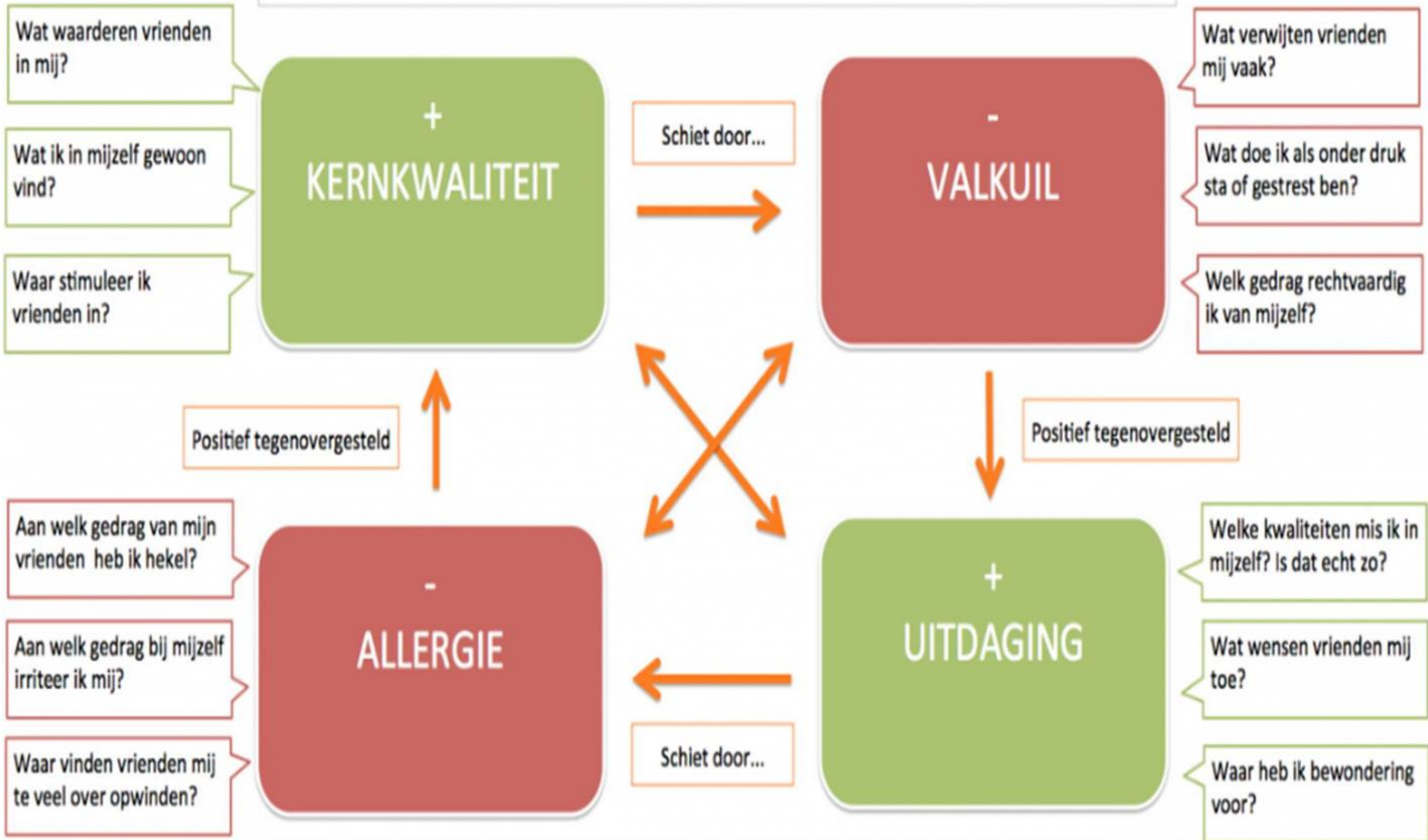
Dit moet bij twee talenten lukken.

Met deze kernkwaliteiten gaan we aan de slag.

5 minuten







# Presenteren kernkwadrant



**Als het moeilijker  
wordt om  
feedback te geven**



**BEWUST  
ONBEKWAAM**



**BEWUST  
BEKWAAM**



**ONBEWUST  
ONBEKWAAM**



**ONBEWUST  
BEKWAAM**



# Valkuilen bij het geven van kritische feedback

1. Uitstellen van de klap.
2. Stilte verwarren met ratio.
3. Leed verzachten.
4. “Hang yourself”.
5. Je eigen emoties benoemen.



# Oefening: *Trap er niet in*

- Maak tweetallen.
- Kies elk een situatie waarbij je kritische feedback geeft.
- Om de beurt breng je een vervelend bericht waarbij je bewust in één van de valkuilen trapt.
- De ander verwoordt hoe deze ervaring op de ontvanger over zou kunnen komen.

10 minuten



**Ideeën  
uitwisselen**

