

Trainersinstructie	
Introductie in Zicht op benodigde hulp - Zicht op mogelijkheden	
Balans	Zicht op benodigde hulp - Zicht op mogelijkheden
Plek in de workshop	<ol style="list-style-type: none"> 1. Introductie op de balans 2. Verkennen van de kracht van beide kwaliteiten 3. Verkennen van de vervorming van beide kwaliteiten 4. Vinden van de integratie: zowel de ene kwaliteit als de andere 5. Zicht op balans in de eigen huidige praktijk 6. Eigen doelen en teamdoelen opstellen
Doel werkvorm	Ervaren dat je focus bepaalt wat je ziet. Richt je je vooral op beperkingen dan zie je vooral beperkingen. Richt je je vooral op mogelijkheden dan zie je vooral mogelijkheden.
Trainingsmethode	<input checked="" type="checkbox"/> Ervaringsopdracht <input type="checkbox"/> Zelfevaluatie <input checked="" type="checkbox"/> Onderwijsleergesprek <input checked="" type="checkbox"/> Subgroepsdiscussie <input checked="" type="checkbox"/> Plenaire discussie
Tijdindicatie	15 - 20 minuten
Vorbereiding trainer	Geen
Trainers instructie / tijdindicatie	<p>Opdracht Maak tweetallen. Zodra iedereen in een tweetal zit geef je de volgende opdracht:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Noem 5 kwaliteiten van verschillende collega's die jij zelf niet hebt en die je wel graag zou willen hebben. Of noem 5 dingen die jou niet gelukt zijn. - Na een paar minuten, terwijl men nog volop bezig is leg je het proces stil en vraag je: Hoe voel je je nu je een tijdje bezig bent met benoemen wat jij niet kan of wat jou niet lukt? Kort een paar reacties inventariseren. - Geef nu een nieuwe opdracht (in dezelfde koppels). Noem nu 5 kwaliteiten van jezelf waar je trots op bent. Of noem 5 successen in je leven. - Opnieuw na een paar minuten leg je het proces stil en vraag je opnieuw: Hoe voel je je nu je je richt op je kwaliteiten of successen?
koppels maken: 2 minuten	
Eerste vraag en korte evaluatie: 4 minuten	
Tweede vraag en korte evaluatie: 4 minuten	
Plenaire vraag: 5-10 minuten	

<p>Totaal: 15-20 minuten</p> <p>Tijd op teamniveau: De groepsdiscussie kost vaak meer tijd dan in koppels. Inschatting: 30 minuten voor de hele opdracht.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Plenaire vraag: wat is het effect van waarop je je richt? Algemene conclusie: 'alles wat je energie geeft groeit' (hetgeen waarop je je focussed gaat je beeld bepalen). Maak de koppeling naar de balans hulp – mogelijkheden: Als je je richt op wat iemand niet kan dan zie je vooral de beperkingen. Als je je vooral richt op mogelijkheden ga je die ook zien. Dit is zonder goed en fout, dat komt in vervolgoopdrachten nog. <p>Variant 1: Je kunt ook de opdracht formuleren als:</p> <p>Opdracht 1: Denk aan iemand met een bepaalde beperking (bijvoorbeeld iemand met een gebroken been). Wissel in een tweetal / groepje uit: 'wat kan deze persoon niet?' Onderbreek dat proces en vraag naar de energie / emotie in het gesprek. Wat doet het met jou als je op deze manier kijkt? Wat doet het met de ander als er zo over hem/ haar gesproken wordt?</p> <p>Opdracht 2: Bespreek welke mogelijkheden deze zelfde persoon heeft: 'Wat kan deze persoon wel?'</p> <p>Onderbreek dat proces en vraag opnieuw naar de energie / emotie in het gesprek.</p> <p>Variant 2: In plaats van te werken in koppels kun deze opdracht ook op team niveau inzetten. Daarmee wordt de opdracht spannender en komt de focus deels op de teamdynamiek te liggen.</p> <p>Vraag aan de hele groep om de kwaliteiten / successen en problemen / mislukkingen op teamniveau te benoemen, (bijvoorbeeld planningsproblemen, veiligheid in de groep etc) Pas wel op voor de dynamiek, die kan soms heftiger zijn dan je zou verwachten als je ongeremd ruimte geeft aan negativiteit.</p>
<p>Benodigd materiaal</p>	<p>Geen</p>
<p>Bron / achtergrond</p>	<p>Deze opdracht is een variatie op de techniek DIP-pen en DIM-men (denken in problemen, denken in mogelijkheden)</p>

Versie 0.1