

Klankborden



Eenmalig



15 - 30 min



Als je merkt dat je regelmatig in bepaalde (interactie)patronen terecht komt die je niet prettig vindt, kan het helpend zijn om hierover met een collega te praten.

Werkplekieren: Werkplekopleiden, werkleren

Ontwikkeldoel: Verbeteren, veranderen

Leervoorkeur: Participeren

Doel

Je krijgt nieuwe inzichten en aanknopingspunten om terugkerende situaties een volgende keer anders aan te pakken

Werkwijze

Vraag een collega of hij of zij even je klankbord wil zijn. Je collega ondersteunt je door vragen te stellen en te spiegelen. Dit stimuleert het gestructureerd nadenken over je eigen situatie. Wil je collega graag meer handvatten hoe je iemand helpt om met zijn of haar vraagstuk om te gaan? Kijk dan eens bij de werkvorm 'Reflectievorm: STARR(T) methode'.

Doorloop samen de volgende stappen:

1. Breng een situatie in waar je mee zit, of die je wilt veranderen.
2. Durf aan de hand van de vragen van de begeleider na te denken over je eigen inbreng in de situatie en over alternatieven voor je handelen.
3. Denk na over wat maakt dat je op een bepaalde manier handelt en als je dit zou veranderen, wat dit voor je betekent.