Programma:

13.30-13.40 uur

Korte voorstelronde en inleiding over doel van de workshop reflecteren

13.40- 13.50 uur

1. Inleidend filmpje over reflecteren

Doel: om in het onderwerp te komen ( zie website reflectiespel )

13.50 – 14.30 uur

2. Jouw ervaring

Werkvorm: geef in 3 woorden aan wat jouw ervaring met reflecteren is. Vervolgens een centrale uitwisseling van ervaringen.

Theorie aan de hand van een PowerPoint presentatie ( zie bijlage).

14.30 – 15.15 uur

3. Reflecteren op eigen ( persoonlijke ) situatie

Doel:

Medewerkers staan stil bij hun werk en geven diepgang aan de betekenis.

Werkwijze:

Kies een situatie die je de afgelopen week hebt meegemaakt bijvoorbeeld op werk of privé.

Kies voor werkwijze a of werkwijze b:

1. Kies 10 reflectiekaarten uit het spel en beantwoordt de vragen op deze kaarten.

Wellicht roepen deze vragen ook weer andere vragen op, geef daar ruimte aan.

1. Pak willekeurig, zonder bewust uit te zoeken, een reflectiekaart uit het spel. Reflecteer vanuit dit gezichtspunt op je eigen handelen en werk.

Zie bijlage voor overzicht van reflectiekaarten ( a5 formaat reflectiekaarten beschikbaar voor gebruik tijdens de workshop).

Uitwisselen in 2 tallen

Een ander mogelijkheid is reflecteren aan de hand van een afscheidsrede die je voor jezelf geschreven hebt: ‘Toespraak bij mijn afscheid’

Stel je neemt afscheid omdat je van baan gaat veranderen of dat je met pensioen gaat. Een van je collega’s met wie je al jaren bevriend bent – die jou dan ook van binnen en van buiten kent en je al die tijd heeft gevolgd in je loopbaan – houdt een toespraak voor je afscheid. Zij benadrukt vooral je successen, je kwaliteiten en je waarde voor de organisatie en voor collega’s. Zij beschrijft wat jouw dromen zijn en wat jij wilt bereiken. Zij weet je feilloos te typeren en geeft heel goed aan waar jij voor staat.

Doe alsof jij die collega bent en schrijf voor jezelf de toespraak volledig uit, die je goed

bevriende collega zou houden. Doe dit letterlijk en werk bovenstaande punten zorgvuldig

uit.

Lees je toespraak straks voor in je eigen groepje, nadat iedereen zijn toespraak heeft

uitgeschreven. Als je klaar bent met voorlezen, ga je in op de reacties en vragen van de andere deelnemers. De anderen stellen je vragen, zoals:

– Wat vind je het belangrijkste wat je collega over je zegt?

– Wat mist je collega het meeste nu je weg gaat?

– Waar sta jij eigenlijk voor in je werk?

– Wat typeert jou?

– Wat wil je vasthouden als kompas voor je toekomstplannen?

15.15 – 15.45 uur

4. Werk in uitvoering

Een creatieve werkvorm om deelnemers over hun werk te laten reflecteren

Doel:

- Deelnemers leren door reflectie naar hun eigen en elkaars werk te kijken en dit verwoorden

- Deelnemers leren door LSD, actief te luisteren.

Werkwijze:

Vraag deelnemers een dier (of bloem/voorwerp) te noemen die het beste ‘verbeeld’ hoe zij tegen het werk aankijken en laat ze vertellen waarom ze dit dier hebben gekozen.

Hulpvragen voor achter de hand:

1. Wat boeit je in je werk?

2. Wat wil je met je werk bereiken?

3. Waarvoor werk je?

4. Welke werkzaamheden geven in je werk de meeste voldoening?

5. Welke werkzaamheden zouden de meeste voldoening geven als er geen belemmeringen waren?

6. Waar haal je energie uit?

7. Wat is de rode draad daarin? Wat is daar leuk aan en wat ligt daaraan ten grondslag? Hoe zou je dat kunnen versterken?

8. Wat heeft je tot nu toe weerhouden om dat te doen?

9. Welke werkzaamheden zou je willen vervangen? Waarmee?

10. Als ik mijn hart totaal zou volgen, wat zou ik dan gaan doen?

De overige deelnemers stellen elkaar vragen aan de hand van de LSD-methode.

Uitleg geven van de LSD-methode ( voorbeeld van open vragen zie bijlage, aan deelnemers uitreiken)

Ook de stappen uit de methodiek van Korthagen kunnen gebruikt worden ( TMZ leerlingen leren reflecteren a.d.h.v. de methodiek Korthagen).

15.45 – 16.15 uur

5. De thermometer

Invullen van de thermometer

Doel:

Terugblikken op de workshop waar ze aan deelnemen.

Werkwijze:

**Stap 1: Thermometer uitdelen.**

Geef iedereen een exemplaar van de thermometer, een pen en stift.

Leg uit dat ze terugblikken op de workshop waar ze aan deelnemen. Vraag de deelnemer

hiervoor een cijfer te geven (van 1 t/m 10).

**Stap 2. Opdracht geven**

Vraag iedereen op de thermometer aan te geven hoe zij/hij

terugblikt op de workshop.

**Stap 3** (optioneel) **Gedachtewisseling.**

Vraag in tweetallen van gedachten te wisselen over de ingevulde barometer.

**Stap 4: Stopteken geven.**

Een aantal mensen vragen omeen toelichting op de scores’. Bijvoorbeeld zo’n drie á vier personen daarna of er iemand nog iets anders wil zeggen. Zo niet dan afronden van deze werkvorm.

**Stap 5. Kort samenvatten.**

Vragen voor op de thermometer:

1. Hoe waardevol vind je vandaag?
2. Hoe groot is de kans dat je (nog meer) zelfreflectie gaat toepassen?
3. Wat voor score geef je je eigen inbreng vandaag?
4. Heb je een tip?

Bron: Het Grote Werkvormen boek, Sasja Dirkse-Hulscher en Angela Talen.

Werkblad thermometer zie bijlage.

16.15 uur

Afsluiten

1. Gedicht over reflecteren.

2. Uitreiken spiegeltjes, flash kaart en de syllabus.