

online coachen met beelden

FOTOMISSIE 



instructie en werkvormen

door: Hens van Soest

Instructie	1
Een nieuwe achternaam	2
Vandaag mogen we alles	3
Mijn doel in beeld houden	4
Verhalen vertellen	5
Samen werken aan samenwerking	6
Vragen staat vrij	7
Een heldere missie trekt klanten	8
Laat je inspireren en verrassen	9
Mijn loopbaan is mijn leven	10
Ontdek elkaars talent	11
360 graden feedback in beeld	12
Aandachtig leiding geven	13
Met aandacht een nieuw project starten	14
Met aandacht een conflict oplossen	15
Het beeld als talking piece	16
Een sterk team benut ieders talent	17

navigeren

De inhoudsopgave bevat hyperlinks waarmee je makkelijk heen en weer kunt navigeren om je te oriënteren op de werkvormen.

start

Login met je gebruikersnaam en wachtwoord en open de pagina: *online-creatief-coachen/*. Deel je scherm via Zoom/Teams. Kom je er niet in? Vraag dan een nieuw wachtwoord aan of registreer je via de website van fotomissie.

verkleinen

Als je niet heen en weer wilt scrollen, kun je de beelden wat verkleinen met `crl-`. Een eenmaal gekozen beeld vergroot je met één klik op de foto. Zo isoleer je het ook van de rest van de beelden en kan je er over doorvragen. Met een klik in het zwarte gedeelte ga je terug naar het overzicht van alle beelden.

woorden

Gebruik het nummer van het beeld als je de de woorden wilt gebruiken. Deze geven vaak een verrassings- en verdiepingseffect wanneer deelnemers het woord niet verwachten bij het door hen gekozen beeld. Scroll hiervoor naar beneden, klik op het nummer in het oranje vlak.

blind kiezen

Als je mensen 'blind' een beeld wilt laten kiezen, doe je dat door hen te vragen naar een getal tussen de 1 en de 59. De nummers staan op de beelden vermeld.

Veel succes met online coachen!

Hens van Soest

EEN NIEUWE ACHTERNAAM - individu en samen

De achternaam van de deelnemer(s) wordt vervangen door een woord. Men leert zichzelf en elkaar op een andere manier en intensiever kennen.

Doel: Gedachtepatronen en impasses doorbreken, intuïtie, essentie aanboren.

Duur: Naar keuze.

Groepsgrootte: 1 - 30.

Aanvangssituatie: 1-30 stickers. De kaarten zijn uitgespreid met de beelden naar boven. Bij gebruik van geplastificeerde foto's heeft de trainer zelf woorden achterop geschreven.

Opdracht

- 1) Pak een beeld dat je aanspreekt en neem het beeld in je op.
- 2) Draai het beeld om en zeg het woord hardop.
- 3) De deelnemers krijgen een sticker met hun voornaam en het woord opgeplakt en houden het beeld bij zich.
- 4) De trainer licht toe: 'Dit woord is jouw achternaam voor de komende periode. Neem waar wat dit met je doet'. Of: 'Jij bent de deskundige van dit woord, beantwoord de vragen van anderen hierover'.
- 5) Spreek en bevraag andere deelnemers over hun nieuwe achternaam.
- 6) Vraag aan het einde van de periode wat het woord en het beeld een ieder heeft gebracht.

Variant

Pas deze wekvorm toe bij individuele coaching voor meer aandacht en verdieping.

VANDAAG MOGEN WE ALLES - individu en samen

Iedereen krijgt een kaart met een woord. Gedurende een dagdeel mogen deelnemers hun woord elk op hun eigen manier uitvoeren. Bijvoorbeeld: het woord luisteren geeft toestemming om iedereen af te luisteren. En bij het woord vieren mag je een feestje bouwen.

Doel: Bevorderen creativiteit, doorbreken individuele belemmeringen en/of stagnerende (groeps)patronen.

Duur: Naar keuze.

Groepsgrootte: 2 - 30.

Aanvangssituatie: Er zijn badges en de kaarten liggen op een stapel. Bij gebruik van geplastificeerde foto's heeft de trainer zelf woorden achterop geschreven.

Opdracht

1. De trainer schudt de kaarten in aanwezigheid van de groep.
2. De trainer laat elke deelnemer ongezien een kaart trekken.
3. De deelnemers bevestigen de kaart op hun kleding met het woord naar voren of schrijven het woord op een badge.
4. De opdracht aan de deelnemers is: 'Dit woord ga jij de hele (afgesproken) tijd doen. Op jouw manier. Het is jouw woord.'

MIJN DOEL IN BEELD HOUDEN - individu en samen

Gestelde doelen vervagen nogal eens of verliezen snel hun betekenis. Door een beeld bij een doel te kiezen blijven deze levend en verankerd.

Doel: Doelen herinneren en verankeren. Steun bieden bij realisatie doel.

Duur: 5 minuten per deelnemer

Groepsgrootte: 1 - 30.

Aanvangssituatie: Kaarten op stapel. Bij gebruik van geplastificeerde foto's heeft de trainer een (positief) woord achterop elke foto geschreven. De deelnemer(s) hebben ieder voor zich hun doel geformuleerd.

Opdracht

- 1) Deelnemers leggen samen de kaarten uit met het beeld naar boven.
- 2) Ieder voor zich kiest in stilte een beeld dat steun geeft bij het gestelde doel. Men mag de kaart nog niet omdraaien.
- 3) Ga in kleine groepjes uiteen en bevraag elkaar over het gekozen beeld. Wat is je doel? Wat vind je steunend in dit beeld. Wat raakt je? Wat maakt het los?
- 4) Vraag iedereen vervolgens de kaart om te draaien en het woord te bekijken. Wat roept dat op? Een nieuwe kijk, extra steun? Afkeer? Anders? Geef deelnemers de ruimte om hier hun eigen associaties bij te hebben!
- 5) Geef de kaart mee als dat kan of maak er een foto van. Zodat deelnemers de foto bij zich houden ter herinnering aan hun doel.

Eventueel vervolg

- 6) Na bijvoorbeeld 1 maand komen de deelnemers weer bijeen en beantwoorden de volgende vragen. Wat gaat er goed in het realiseren van je doel? Wat gaat er minder goed?
- 7) Vraag hen terug te gaan naar de kaart uit fase 1. Biedt deze nog voldoende steun? Is de steun die de kaart biedt van vorm en betekenis veranderd? Misschien is er een aanvullende kaart nodig? Zo ja, herhaal de stappen in fase 1. Laat wel iedereen zijn oorspronkelijke kaart behouden!

VERHALEN VERTELLEN - individu en samen

Met beelden als inspiratiebron schrijven of vertellen deelnemers een verhaal of gedicht. Eventueel gekoppeld aan een vraag of knelpunt.

Doel: Verdieping, bevorderen creatief denken, doorbreken oude patronen, stimuleren associatief denken.

Duur: Afhankelijk van groepsgrootte.

Groepsgrootte: 1 - 12.

Aanvangssituatie: De kaarten liggen op een stapel. Er is papier en er zijn pennen aanwezig.

Opdracht:

- 1) Warming up. Laat om de beurt deelnemers associëren op het woord van de voorganger. Bijvoorbeeld: herfst-blad-natuurkunde-school-vakantie-zee-spanje-tapas-bar-alcoholisme-hulpverlening etc.
- 2) Formuleer als je wilt een vraag of onderwerp waar de deelnemers hun bijdrage over gaan maken. Dit kan ook vrij gelaten worden.
- 3) Vraag de deelnemers ongezien een foto te trekken als inspiratiebron voor hun bijdrage.
- 4) De deelnemers laten het beeld op zich inwerken en komen vervolgens tot een impressie, lied, gedicht of verhaal etc.
- 5) De deelnemers presenteren hun bijdrage aan de groep of coach.

Variant

De deelnemers laten het woord achterop in hun bijdrage terugkomen. Bij gebruik van geplastificeerde foto's heeft de trainer zelf woorden achterop geschreven.

SAMEN WERKEN AAN SAMENWERKING - samen

Samenwerking verbeteren met behulp van beelden.

Doel: Teambuilding, verbetering communicatie + samenwerking, inzicht in eigen gedrag en dat van anderen.

Duur: Naar keuze.

Groepsgrootte: Maximaal 10 personen.

Startsituatie: De kaarten liggen met beeldkant boven.

Opdracht:

- 1) Kies indien van toepassing in stilte een foto bij iets dat je mist in de samenwerking. Schrijf er voor jezelf iets over op.
- 2) Kies dan een beeld dat staat voor goede samenwerking. Schrijf er voor jezelf iets over op.
- 4) Licht om de beurt beide beelden toe. De trainer stelt vragen ter verdieping. Wat mis je? Wat zou je willen in de samenwerking? Hoe kan jij daarin bijdragen?

Variant

- 5) Deelnemers lezen het woord aan de achterkant. Wat doet dit woord met hen? Bij gebruik van geplastificeerde foto's heeft de trainer zelf woorden achterop geschreven.
- 6) De deelnemers formuleren concrete punten voor de toekomst en maken afspraken met zichzelf en de groep.
- 7) Eventueel: Schrijf je voornemens op en doe deze in een aan jezelf geadresseerde envelop. De trainer post de enveloppen 6 weken later.
- 8) Eventueel: Kies als team beelden en woorden die staan voor jullie 'team-voornemens' en hang deze goed zichtbaar ergens op. Eventueel op poster-formaat.

VRAGEN STAAT VRIJ - individu

Het stellen van vragen is belangrijk in communicatie. Vragen kunnen echter ook bijzonder confronterend zijn. Beelden bieden een uitkomst om veilig en op diep niveau te communiceren over kwetsbare zaken.

Doel: Veiligheid creëren, pijn (doen) benoemen, tot essentie komen.

Duur: Naar keuze.

Groepsgrootte: 1. Of met meerderen bij gemeenschappelijk thema's zoals: ziekte, rouwverwerking, faalangst, loslaten etc.

Aanvangssituatie: De kaarten met de beelden naar boven uitspreiden.

Opdracht

- 1) De coach stelt een vraag
- 2) De deelnemer kiest een foto als zijn antwoord op de vraag. Bij gebruik van geplastificeerde foto's kan hij eventueel woorden bij of achterop de foto schrijven.
- 3) De trainer verdiept met behulp van het beeld: Wat zie je? Wat betekent dit voor je? Waarom heb je voor dit beeld gekozen? Wat roept het op, etc.
- 4) Zo nodig vraagt de trainer een nieuw beeld te kiezen bij een volgende vraag. Bijvoorbeeld: Welk beeld helpt je bij hoe je ervoor staat?

Eventuele aanvulling

- 5) Het woord op de achterkant kan bijzonder ondersteunen omdat het mensen op een totaal ander been zet. Vraag de deelnemer na afloop van zijn verhaal het beeld om te draaien en te kijken of- en zo ja wat het woord toevoegt aan diens proces. Bij gebruik van geplastificeerde foto's heeft de trainer zelf woorden achterop geschreven.

EEN HELDERE MISSIE TREKT KLANTEN - samen

De missie wordt gekozen of verhelderd. Beslissers vertellen elkaar met behulp van beelden hoe zij de organisatiemissie vertalen en uitvoeren.

Doel: Luisteren naar elkaar, eenduidige en heldere missie, uitvoering van genomen besluiten, Vervolg: talenten medewerkers inzetten.

Duur: 1 sessie van 1,5 uur zonder pauze, mogelijke vervolgssessies.

Groeps grootte: Alle beslissers van een organisatie op het hoogste niveau.

Aanvangssituatie: De kaarten met de beelden naar boven uitgespreid. Iedereen is op tijd en niemand kan worden gestoord. Een notulist schrijft steekwoorden op.

Opdracht

- 1) De beslissers kiezen elk in stilte het beeld dat past bij de missie.
- 2) De deelnemers lichten hun 'missie-beeld' toe en luisteren goed naar elkaar. Overeenkomsten én verschillen komen aan het licht.
- 3) Benadruk dat wat de deelnemers verbindt. Vraag wat hen echt geraakt heeft in het verhaal van de ander. Steekwoorden notuleren.
- 4) Uit de steekwoorden wordt een missie geformuleerd of de huidige aan-gescherpt.
- 5) Er wordt een nieuw beeld bij de missie gezocht om deze missie te herinneren en zowel in- als extern te communiceren.

Eventueel vervolg

- 6) Met behulp van beeld formuleren medewerkers met welk talent ieder van hen bijdraagt aan de missie. De medewerker krijgt het beeld mee als herin-nering aan zijn talent. Eventuele verdieping in vervolgesprekken: Wat was je bijdrage tot nu toe? Hoe heeft je talent zich ontwikkeld? Wat heb je nodig van de organisatie?

Nota Bene: Bij gebruik van geplastificeerde foto's kunnen er woorden onder de foto's geschreven worden.

LAAT JE INSPIREREN EN VERRASSEN - individu en samen

Groep: Deelnemers trekken zonder te kijken een foto en stellen zich met behulp hiervan voor in de groep.

Individu: Je trekt elke week zonder te kijken een kaart. Deze kaart is je persoonlijk thema van die week en kan dienen als jouw inspiratiebron.

Doel: Persoonlijke inspiratie opdoen. Verdiept groepsgewijs kennismaken in korte tijd, creativiteit bevorderen.

Duur: afhankelijk van groepsgrootte (maximaal 1 uur).

Groepsgrootte: 1 - 30.

Aanvangssituatie: De kaarten liggen op een stapel. Bij gebruik van geplasticeerde foto's heeft de trainer zelf woorden achterop geschreven.

Opdracht**groep**

- 1) Alle deelnemers kiezen een kaart met de ogen dicht.
- 2) Elke deelnemer zegt zijn naam.
- 3) Elke deelnemer vertelt de groep wat het beeld en/of het woord voor hem of haar betekent.

individu

- 1) Schud de kaarten, leg ze op een stapel.
- 2) Pak aan het begin van elke week een nieuwe kaart en laat je inspireren door het beeld en/of het woord.
- 3) Schrijf aan het einde van elke week in maximaal 10 minuten op welke inspiratie beeld en woord je hebben gebracht.
- 4) Vat aan het einde van de periode al jouw inspiraties samen en kijk hoe je deze in de toekomst wilt inzetten.

MIJN LOOPBAAN IS MIJN LEVEN - individu en samen

Deelnemers kiezen een loopbaan waarin zij zichzelf met hun talent kunnen ontplooiën.

Doel: Innerlijke verdieping, loopbaankeuzes maken en herinneren, herkennen en versterken van kwaliteiten.

Duur: Meerdere sessies van maximaal 1.30 uur.

Groepsgrootte: 1-20.

Aanvangssituatie: De kaarten met de beelden naar boven uitgespreid. Bij gebruik van geplastificeerde foto's heeft de trainer zelf woorden achterop geschreven.

Opdracht

- 1) Kies een of meerdere beelden bij: je talent, een te ontwikkelen vaardigheid, je diepste wens, je ideale manager, je ideale bedrijf, je grootste angst bij sollicitaties, steun in zware tijden, je ideale werkomgeving, je zelfbeeld, je leerdoel, je falen, je kracht, etc. De vragen zijn afhankelijk van het proces waar de deelnemers inzitten.
- 2) Na uitdieping van het beeld kan de kaart worden omgedraaid. Stel vervolgens vragen over het woord: Wat doet het met je? Voegt het wat toe? Beangstigt, verwacht, vernieuwt, ondersteunt het?
- 3) Laat deelnemers ter herinnering een foto maken van de door hen gekozen beelden en laat hen de antwoorden thuis verder uitwerken.

Bij meerdere deelnemers is aan te raden de oefening in tweetallen of kleine groepjes te doen.

ONTDEK ELKAARS TALENT - samen

Doel: Talent ontdekken, elkaars talent gebruiken, samenwerken, openheid creëren, positieve feedback geven.

kinderen en volwassenen

- 1) De kaarten liggen gespreid met de foto's naar boven.
- 2) Een ieder zoekt een foto uit voor de mededeelnemers. Dit begeleid door gespreksvragen als: Welk beeld past bij hem/haar? Wat is zijn talent? Waarvoor zou je een beroep op deze persoon doen? Waarin zou de ander een aanvulling kunnen zijn op jou?
- 3) Je licht toe waarom je het kaartje aan deze persoon geeft.
- 4) Is de groep groter dan 4, dan zoek je alleen 2 kaartjes uit voor degenen die naast je zitten.

Nota bene: Je kunt het woord op de achterkant van de kaarten gebruiken maar dat hoeft niet. Als je dat wel wilt, vraag je deelnemers de hele kaart te bekijken alvorens ze hem aan een ander geven. Als je dat niet wilt, kun je het laten. Of later in het gesprek samen kijken of de tekst op de achterkant van de kaart iets toevoegt.

Let op: je kunt met deze spelvorm enorm variëren en uitbreiden. Bijvoorbeeld door een concrete vertaalslag te maken naar de dagelijkse praktijk van het werk. Talent herkennen is waardevol, Talent gebruiken is goud!

360 GRADEN FEEDBACK IN BEELD - individu samen met anderen

Deelnemers worden uitgenodigd om met een ‘frisse blik’ naar een ander te kijken. Met behulp van een kaart zeg je (als klant, collega, leidinggevende) wat je in de ander ziet en wat dit voor jou betekent.

Doel: Tot essentie komen, doorbreken vooringenomenheid, stellen van leer-/ontwikkelingsdoelen.

Duur: Afhankelijk van aantal deelnemers, 30 minuten per gesprek.

Groeps grootte: 1

Aanvangssituatie: De kaarten zijn aanwezig bij degene die feedback gaat ontvangen.

Opdracht

- 1) Degene die feedback ontvangt, vraagt enkele dagen voor het feedback-gesprek de andere deelnemers een beeld te kiezen voor de kernkwaliteit van de ontvanger. De deelnemers nemen het beeld tijdelijk mee ter voorbereiding van het gesprek. Bij gebruik van geplastificeerde foto's kan de deelnemer achterop of onder de foto schrijven.
- 2) De feedbackontvanger geeft aan de deelnemers zijn eigen vragen mee, zoals: 'Waaruit blijkt mijn kwaliteit?', 'Wat zie je in het beeld?' 'Hoe kan mijn kwaliteit versterkt worden?', 'Wat betekent mijn kwaliteit voor jou?'
- 3) Tijdens het feedbackgesprek openbaart de feedbackgever de kaart aan de ontvanger en vertelt met behulp van het beeld welke kwaliteit hij ziet in de ander en wat dit met hem doet.
- 4) Degene die de feedback ontvangt stelt vragen ter verduidelijking (zie 2).
- 5) Na afloop van alle gespreksrondes formuleert de feedbackontvanger voor zichzelf een leervraag die loopt over een bepaalde periode.
- 6) De feedbackontvanger kiest ter herinnering een beeld bij zijn leervraag en schrijft de leervraag in één zin op.

AANDACHTIG LEIDING GEVEN - samen

Met deze oefening formuleren de medewerkers een leervraag die in voortgangsgesprekken aandacht krijgt.

Doel: Focus op leren/potentie. Aandacht voor wat de medewerker echt wil. De medewerker gaat aan de slag met zijn leervraag.

Duur: Naar keuze.

Groepsgrootte: 1-10

Aanvangssituatie: De kaarten zijn uitgelegd met het beeld naar boven.

Opdracht

- 1) Vertel wat de bedoeling is. Een leervraag voor een x periode (bv 1 jaar of 6 maanden). Leervraag is positief geformuleerd, simpel en hoeft geen direct verband te houden met de functie, dat mag natuurlijk wel. Dus niet: ik wil nooit meer ruzie maken, wel: Ik wil leren: concentreren, samenwerken, luisteren, opruimen, sturen, overzicht houden, loslaten, liefhebben, etc.
- 2) Vraag je medewerker in stilte een foto te kiezen die staat voor wat hij wil leren en daar een woord of een zin bij te kiezen (en bij de foto te schrijven bij gebruik van geplastificeerde foto's).
- 3) Kijk er samen naar en stel vragen. Wat voel je als je dit uitspreekt? Hoe zal je wereld eruit zien als je je leervraag hebt 'geleerd'. Wat betekent het voor je om hiermee aan de slag te gaan? Maak een kopie van de foto of geef hem mee. Kijk samen naar het woord op de achterkant van de foto. Ondersteunt dit? Of is er een ander woord dat ondersteunt? Spreek af tot wanneer de leervraag loopt.
- 4) Laat de leervraag terugkomen in eventuele voortgangsgesprekken.
- 5) Kijk aan het einde van de periode naar de opbrengst van de leervraag. Het is hierbij belangrijk te weten dat die opbrengst anders kan zijn dan verwacht! Vraag bijvoorbeeld: Wat is de opbrengst? Wat betekent dat voor jou, als mens, als medewerker/manager, als collega etc. Houd het formuleren van de opbrengst kort.
- 6) Vraag een nieuwe foto te kiezen bij de opbrengst en geef die mee of maak een kopie.

MET AANDACHT EEN NIEUW PROJECT STARTEN - samen

Er ontstaat een gezamenlijk beeld bij het doel van een project en ieders bijdrage daaraan.

Doel: Gezamenlijk beeld bij project, betrokkenheid creëren, helderheid over ieders inbreng, borging van gemaakte afspraken.

Duur: Afhankelijk van situatie en complexiteit

Groepsgrootte: Projectteam

Aanvangssituatie: De kaarten liggen op tafel met het beeld naar boven. Begeleiding door programmamanager, projectmanager of projectleider.

Opdracht

- 1) Laat iedereen stil worden, bijvoorbeeld door een korte meditatie.
- 2) Vraag ieder in stilte een foto te kiezen die staat voor het doel van het project. Deelnemers laten de foto 2 minuten op zich inwerken en kunnen bij gebruik van geplastificeerde foto's steekwoorden op de foto schrijven.
- 3) Deelnemers lichten plenair toe met behulp van de foto wat zij als doel van het project zien. De groep luistert zonder oordeel en stelt eventueel aanvullende vragen.
- 4) Steekwoorden op flap-over noteren en clusteren en naar aanleiding daarvan een gezamenlijk doel formuleren. Kies daar een gezamenlijk beeld bij zodat het doel in ieders herinnering blijft en je hier later weer op terug kunt komen.

Eventueel vervolg

- 5) Laat iedereen foto kiezen die staat voor zijn bijdrage/inzet aan het project. Plenair laten toelichten (of als de groep te groot is subgroepjes maken.)
- 6) Vraag hierna de foto om te draaien en vraag wat het woord achterop de foto doet. Bij gebruik van geplastificeerde foto's heeft de trainer woorden achterop geschreven. Stel vragen. Ondersteunt het woord je bijdrage, zo ja hoe? Verandert dit woord het beeld van je bijdrage, zo ja hoe? Doet het je niks? Zo ja, welk woord zou je dan gewild hebben? Etc.

MET AANDACHT EEN CONFLICT OPLOSSEN - samen

Door aandachtig naar elkaar te luisteren lossen deelnemers een conflict op.

Doel: Conflictoplossing, zonder oordeel waarnemen, verdieping van contact.

Duur: 10 minuten per persoon

Groepsgrootte: 2-4

Aanvangssituatie: De kaarten liggen op tafel met het beeld naar boven.

Bij gebruik van geplastificeerde foto's heeft de trainer een woord achterop de foto's geschreven.

De deelnemers werken in kleine groepjes van 2-5 personen bestaande uit mensen die een conflict hebben. Er is een begeleider (manager, mediator, docent, coach).

Opdracht:

- 1) Laat iedereen stil worden, bijvoorbeeld door een korte meditatie.
- 2) Vertel dat luisteren belangrijk is en vraag de deelnemers niet alleen te letten op wat er wordt gezegd, maar ook hun intuïtie te gebruiken.
- 3) Stel een vraag die actueel is voor de situatie op dat moment. Bijvoorbeeld: Wat raakt me in het gedrag van de ander/in deze (conflict)situatie? Wat doet me pijn? Wat zou ik graag willen?
- 4) Kies in stilte een foto met het antwoord op deze vraag, laat deze foto 2 minuten op je inwerken (schrijf eventueel iets bij de foto als je de geplastificeerde foto's gebruikt).
- 5) Licht de foto toe in de groep. De groep luistert zonder oordeel en stelt eventueel aanvullende vragen.
- 6) Vraag hierna de foto om te draaien en vraag wat het woord achterop de foto doet. Probeer ook hier door te vragen.
- 7) Vraag de deelnemers een 2e beeld te kiezen dat hen ondersteunt in deze situatie en hierover te vertellen. Laat hen zelf 1 woord te kiezen bij deze foto. Geen oordeel, alleen vragend luisteren. De foto dient als 'anker' bij het omgaan met de situatie in de toekomst.

HET BEELD ALS TALKING PIECE - samen

De deelnemers lopen rond met een door hen zelf gekozen beeld.

In 15 minuten vraagt men zoveel mogelijk mensen waarom ze voor dit beeld hebben gekozen.

Doel: Snel individueel kennismaken, Intuïtie aanspreken, onderlinge betrokkenheid stimuleren.

Duur: 15 minuten.

Groepsgrootte: 2 - 50.

Aanvangssituatie: De kaarten zijn uitgespreid met de beelden naar boven.

Opdracht

1. Pak een beeld dat je aanspreekt.
2. Bevestig dit zichtbaar aan je kleding of houd het in je hand.
3. Spreek in 15 minuten zoveel mogelijk mensen aan over de betekenis van het door hen gekozen beeld.

Eventuele aanvulling

4. Koppel in de groep terug over je ervaringen.
5. Degene die de meeste mensen heeft gesproken is 'winnaar'.

EEN STERK TEAM BENUT IEDERS TALENT - samen

Een team is effectiever als je elkaars kwaliteiten benut.

Doel: Luisteren en bewust worden van elkaars kwaliteiten.

Duur: 1 sessie van 1,5 uur zonder pauze.

Groepsgrootte : 2 - 10 personen.

Startsituatie: De kaarten worden met de beelden naar boven uitgespreid. Bij gebruik van geplastificeerde foto's heeft de trainer zelf woorden achterop geschreven.

Opdracht

- 1) De teamleden kiezen in stilte een beeld dat een specifieke kwaliteit van henzelf verbeeldt. Een kwaliteit die zij al inzetten of nog meer zouden willen inzetten in het team.
- 2) De deelnemers lichten één voor één hun beeld toe en luisteren goed naar elkaar en stellen elkaar open, verhelderende vragen. Zoals: Vertel hier eens wat meer over? Wanneer zet je jouw kwaliteit vooral in? Vind je dat jouw kwaliteit hier voldoende aan bod komt? Wat kan jouw kwaliteit voor ons betekenen?
- 3) De deelnemers geven elkaar feedback. Wordt de kwaliteit herkend en gezien in de praktijk? Wanneer wel en wanneer niet of onvoldoende? Wanneer is die kwaliteit nog meer inzetbaar?
- 4) De deelnemers formuleren in stilte een voornemen over (a) het inzetten van hun eigen kwaliteit in de toekomst en (b) het benutten van de kwaliteit van hun linker buurman of buurvrouw in de toekomst.
- 5) Wissel de voornemens over het benutten van elkaar kwaliteiten uit.

Variant

- 7) Draai de beelden om en wissel uit wat de woorden met je doen.
- 8) Bespreek met twee of drie teamleden die je normaal niet zou opzoeken jouw voornemens.