



LEADING THE PACK

KEN DO COACHING & TRAININGEN

MINDRESET

Leerstap 3 Wie ben ik en waar ben ik goed in?

Herhaling vorige keer

Resultaat

1. Je weet wat jouw persoonlijke waarden zijn
2. Je weet waar je goed in bent
3. Je kan 360 graden feedback vragen aan je omgeving
4. Je kan je leerbehoefte omschrijven en leervragen maken

Wat zijn waarden?

Opdracht

1. Wat is jouw waarden top 5?
2. Hoe geef jij invulling aan jouw waarden?

Experiment

1. Je hebt net jouw waarden opgeschreven in je werkboek
2. Geef een cijfer tussen de 1 en 10 hoe jij invulling hebt gegeven aan jouw waarden
3. Welk cijfer wil je bereiken?
4. Let de komende twee weken op jouw waarden en geef dan opnieuw een cijfer.



Interview 360 graden feedback

1. Houd een interview met 3 personen uit je omgeving
2. Oefen met je buddy in de klas
3. Bepaal twee andere personen met wie je een interview wilt houden
4. Bepaal wanneer je dit wilt doen en maak een afspraak.
5. Gebruik de vragen die in het werkboek staan en bedenk zelf nog vijf vragen
6. Vat samen en bepaal je leervragen
7. Maak een plan hoe je aan je leervragen gaat werken

Interview 360 graden feedback

Volgende keer bespreken we het interview klassikaal

Tip: bepaal eerst het wat en ga dan pas nadenken over het hoe!

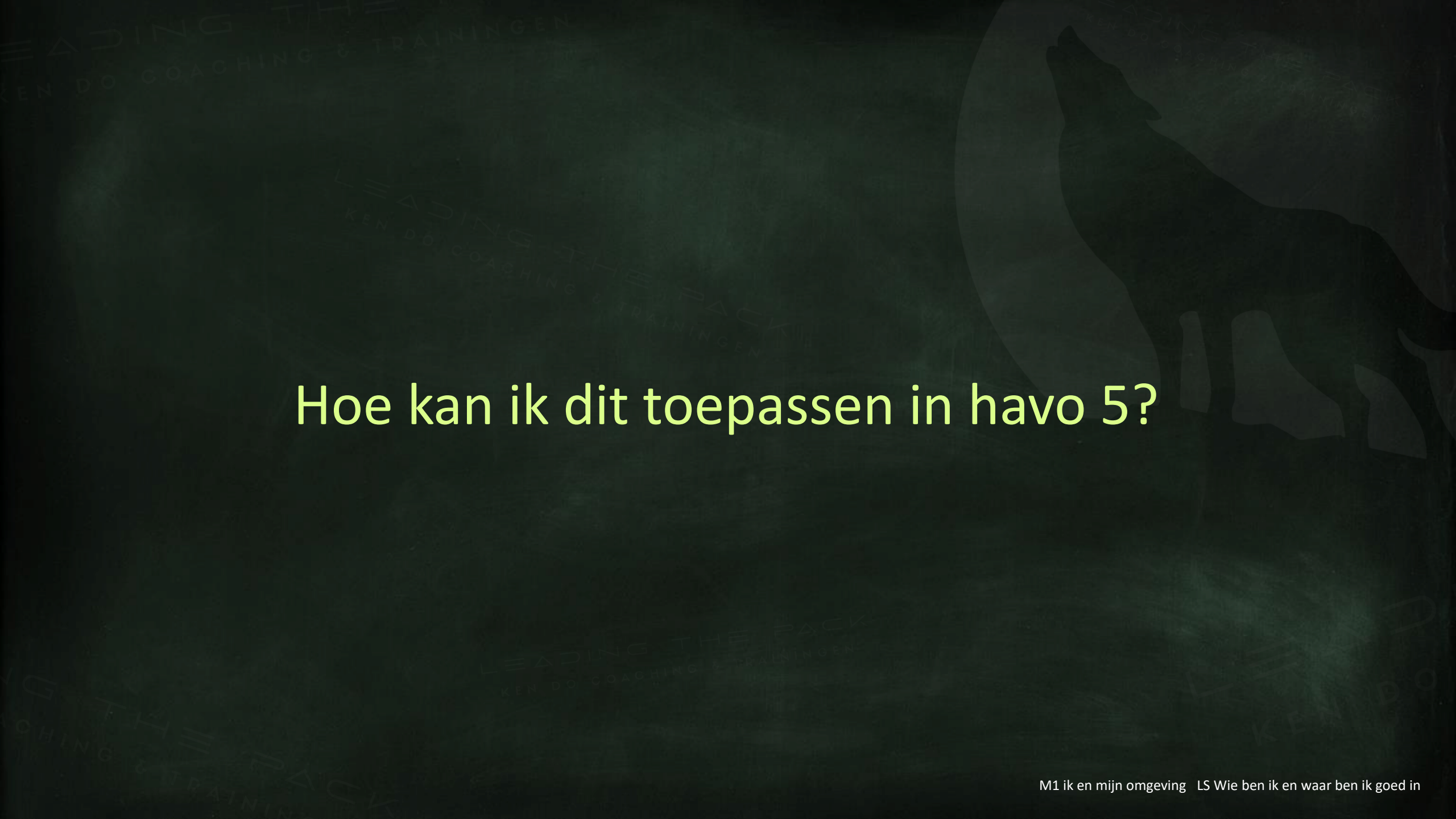
Voorbeeld leervraag en actieplan

Feedback: Ik merk dat je regelmatig op de voorgrond aanwezig bent doordat je grappen maakt en praat tijdens de les (of werk). Ik merk dat anderen hun concentratie verliezen.

Goede eigenschap is: sociaal, gezelligheid, energie etc.

Leervraag is: Hoe kan ik mijn energie op een effectieve manier inzetten en ook invulling blijven geven aan mijn sociale behoefte?

Hoe ga ik dat doen: Tijdens de les of mijn werk let ik op mezelf. Op het moment dat ik een grap voel opkomen vraag ik mij af of dit de juiste plaats en tijd is. Ik vraag mijn buddy ook om hierop te letten. In de pauze vertel ik de grap alsnog.



Hoe kan ik dit toepassen in havo 5?

Ik heb moeite met informatie te onthouden.

Leerbehoefte:

ik wil beter worden in het onthouden van bepaalde informatie

Leervraag:

Op welke manier kan ik informatie beter tot mij nemen?

Hoe kan ik kennis beter vasthouden?

Welke manieren zijn er nog meer om efficiënter te leren?

Voor de volgende keer

Interview:

Feedback vragen over jezelf.

Samenvatten en leervragen maken.

Actieplan maken.

Volgende keer mogelijkheid tot vragen stellen over het actieplan.

Geef je waarden een cijfer.

Reflecteer komende twee weken op de waarden die jij het belangrijkste vind en geef een cijfer.

Kom ik controle over hoe jij je leven wilt leiden.