

STAP 1: VOORBEREIDING

Doel uitklaren:

- Niet evaluatief op vraag van jou: tijd nemen om stil te staan bij wie de student is en hoe het met de student gaat. In eerste instantie een luisterend oor zijn én niet de expert die een oplossing aanreikt.
- Evaluatief op vraag van jou: feedback geven.
- Op vraag van de student: exploreren wat het doel van de student is.

Intentie van de begeleider:

Met een preventieve focus: vinger aan de pols houden.

Uitgangsvraag: "Hoe gaat het met jou?"

Daarbij kan je polsen naar:

- Positieve ervaringen in levensdomein 'opleiding' (of breder)
- Negatieve ervaringen in levensdomein 'opleiding' (of breder)
- Persoonlijke doelen en ambities
- Begeleiding en ondersteuningsnoden/-wensen
- Groepsgevoel

Hulpmiddelen t.a.v. de student:

- Reik de student het doel van het gesprek aan.
- Reik de student voorbereidingsvragen aan.
- Voeg waar mogelijk voorbeelden toe zodat het voor de student duidelijk wordt waar je naar op zoek bent via de voorbereidingsvragen.

Licht toe dat de student ook tot x-aantal thema's mag toevoegen aan de gesprekslijst, als het initiatief van jou uit vertrekt. *(hou hier rekening mee in je time management)

VOORBEELD: POSITIEVE ERVARINGEN

Beschrijf een situatie uit de opleiding uit de afgelopen weken of maanden waarin je helemaal opging en de tijd voorbij vloog.

Het kan gaan om een situatie:

- Waarin je jou **bekwaam** voelde omdat wat je deed lukte (competentie).
- Om een situatie waarin je het gevoel had dat je heel erg **jezelf kon zijn** en je ideeën kon uiten (autonomie).
- Om een situatie waarin je een **hechte band** ervaarde met een medestudent, docent of begeleider (verbondenheid).

TIP: Focus op ABC in de vraagstelling of voorbeelden.

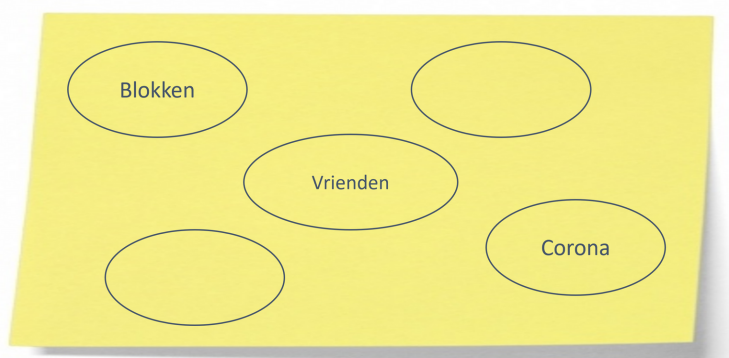
STAP 2: GESPREK VOEREN

Doel verhelderen:

- Creëer duidelijkheid over de doelstelling en de opbouw van het gesprek. Zo weet de student waaraan zich te verwachten in het gesprek.

Opbouw:

- Visualiseer de thema's die je bespreekt. Dit biedt voor beide gesprekspartners een houvast (leidraad).
- De visualisatie biedt de opportuniteit om op gepaste tijden samen te vatten door de student en/of door jou als begeleider. Op die manier bied je overzicht.
- De visualisatie helpt om het ritme van de student te volgen in het bespreken van de thema's. Vraag na het samenvatten van een thema of de student graag nog iets aanvult en/of naar een volgend thema wenst over te stappen. Op die manier bied je ook inspraak.
- Je kan de student de lege cirkels laten invullen met eigen thema's. Dit is een optiekeuze.
- Je kan de student ook de volgorde laten bepalen waarin de thema's tijdens het gesprek aan bod komen. Dit is een actiekeuze.



Exploreren: de keuze van je vraagstelling:

Tracht tijdens het gesprek af te wisselen in het soort vragen dat je stelt. Als je een thema bespreekt, helpt het om eerst in te zetten op het **exploreren** van dit thema.

- **Informatieve vragen:** "Wat houdt dit thema voor de student in?"
- **Gevoelensvragen:** "Hoe wordt dit thema door de student ervaren?"
- **Meningsvragen:** "Wat denkt de student over dit thema?"

In een volgende stap ga je over tot vragen die meer gericht zijn op het **ondernemen van actie**. Je concretiseert wat dit betekent in de toekomst voor de student (bestendigen, uitbreiden, aanpassen van gedrag).

- **Actievragen:** "Welke acties wil de student net wel of net niet nemen m.b.t. dit thema?"
- **Hypothetische vragen:** "Stel dat de student deze actie zou nemen, welk effect zou dat dan hebben op...?"
- **De wondervraag:** "Wat heeft de student nodig om mee te gaan?" / "Wetende dat dit de context/afsprake is en niet kan wijzigen (of toch niet op korte termijn), hoe kunnen we dit dan toch haalbaar, realistisch, aangenaam maken? Wat is daarvoor nodig?"

Moedig zelfreflectie aan:

Er bestaan vijf bouwstenen die je met de student kunt doorlopen om te reflecteren op een situatie die zich voordeed.

1. **De situatie:** de situatie objectief in kaart brengen.
2. **De terugblik:** reflecteren op wat er concreet gebeurde tijdens de situatie.
3. **De bewustwording:** inzoomen op de eigen reactie in die situatie, de uitdagingen die de student tegenkwam en de impact dat de student ervaarde.
4. **De alternatieven:** nadenken over hoe het anders zou kunnen geweest zijn = perspectief verbreden op andere aanpak.
5. **De vooruitblik:** actiepunten formuleren en concretiseren.

De vooruitblik

De alternatieven

De bewustwording

De terugblik

De situatie

Moedig zelfreflectie aan:

Vertrek vanuit de vraag "Wat vond je er zelf van?"

- **Sterktes:** "Wat gaat goed?" / "Waar ben je trots op?" / "Wat lukt beter dan de vorige keer?"
- **Groeikansen:** "Wat vind je nog moeilijk?" / "Welke verbeterpunten zie je?"
- **Leervragen:** "Wat wil je nog beter onder de knie krijgen?" / "Wat is je volgende uitdaging?"
- **Ondersteuningsbehoefte:** "Waar heb je hulp bij nodig?" / "Wie kan je optimaal ondersteunen?" / "Hoe ga je de hulp van die persoon inroepen?"

Betrokken confronteren:

Vaak gaat het om een talent anders leren invullen.

- Het siert jou hoe je (talent).
- En ik wil je graag ook eens laten kijken naar de keerzijde van jouw talent. Wat valt je zelf op als je overdrijft/overdreven in je talent staat? Welk gedrag stel je dan?
- Wat maakt dat ik het aankaart is dat ik je in deze situatie(s) soms zie doorslaan in jouw talent (situatie).
- Dit gedrag zie ik dan (gedrag).
- Herken je dit?
- Hoe evalueer je dit?
- Welke zaken helpen jou om in balans te blijven met jouw talent?
- Hoe kan je die ook inbouwen op momenten die jouw talent onder druk durven zetten?

Concretiseren:

- Pols naar wat de student **meeneemt** uit het gesprek. Hier gaat het voornamelijk over de inhoud en de inzichten die de student verwierf.
- Pols vervolgens naar waarmee de student **aan de slag** wenst te gaan.
 - "Vertel eens wat je op basis van het gesprek zal ondernemen, stap per stap." Hierdoor laat je de student in eigen woorden uitspreken of uitschrijven wat de student wenst te ondernemen. Dit biedt overzicht en zet aan tot (zelf)inzicht.
 - Je kan structuur bieden door de student te vragen om voor elk van de volgende zaken een actiepunt te formuleren:
 - "Wat loopt goed en blijf ik doen?"
 - "Waar wil ik beter in worden?" of "Welke uitdaging wil ik aangaan?"
 - "In welke mate zie je jezelf dit ook echt doen?" Door deze vraag toets je af of dit in lijn ligt met wie de student is (autonomie).
 - "Wat zou je anders kunnen invullen, zodat het meer aanleunt bij wie jij bent (autonomie) en wat jij al kan (competentie)?" Deze vraag vergroot de betrokkenheid van de student op het stappenplan en de gemaakte afspraken.
- Overloop tot slot het **actieplan** en bevrage welke **hulpbronnen** de student zal inzetten om het actieplan te realiseren.

STAP 3: OPVOLGING

Bevrage hoe de student kijkt naar opvolging van datgene wat tijdens het gesprek besproken werd.

- Bouwen jullie een incheck-moment in?
- Mag jij een opvolgingsmail uitsturen?
- Wanneer checken jullie in?
- Wat doen jullie als de student voorafgaand aan het opvolgmoment nood heeft aan een gesprek?