

Mijn Trots, mijn eigenschappen

Instructie 3



15 minuten



individueel



groep



Doel

De cliënt herkent en benoemt eigenschappen waar hij trots op is.

Benodigdheden en voorbereiding



- Knip de kaartjes met eigenschappen van de knipbladen uit zodat je ze los kan gebruiken.
- Infoblad: "Mijn Trots, vaardigheid, eigenschap en meer"
- Kopieer werkblad 3.2 eventueel meerdere keren.

Instructie

- Herhaal samen met de cliënt het infoblad, bij dit werkblad gaat het over je eigenschappen:
 - Wat is bijzonder aan jou?
 - Welke eigenschappen horen bij jou?
- Bekijk samen met de cliënt de kaartjes van de knipbladen.
- Bespreek alle kaartjes. Check of de betekenis van de woorden duidelijk is.
- Laat de cliënt eigenschappen uitkiezen die het best bij hem passen. Leg deze kaartjes voor de cliënt op tafel.
 - Waar is hij trots op?
 - Waarom is hij juist daar trots op?
- Vul samen werkblad 3.1 in. Schrijf de eigenschappen op en/of plak de kaartjes erbij. Maak samen een top 3 van eigenschappen die de cliënt bijzonder maakt.
- Voor de komende twee weken krijgt de cliënt een opdracht die je steeds samen met hem gaat doen. Je wijst de cliënt in het dagelijks leven op situaties waarbij zijn eigenschappen naar voren kwamen. Praat hier samen over en vraag aan de cliënt hoe het voelt. Vul na die twee weken samen werkblad 3.2 in. Als je meer dan 2 situaties wil uitwerken gebruik dan een extra kopie van dit werkblad.

Variatie

Individueel:

- Leg de kaartjes voor de cliënt op tafel. Vraag of de cliënt een kaartje ziet liggen wat hij nu nog niet zo goed kan, maar wel wil leren. Praat erover hoe je dit kan bereiken.

Mijn Trots, mijn eigenschappen

Werkblad 3.1

Mijn eigenschappen:

Top 3 van eigenschappen waar ik trots op ben:

- 1.
- 2.
- 3.

Mijn Trots, mijn eigenschappen

Werkblad 3.2

Welke situaties heb je de afgelopen twee weken meegemaakt waarbij jij deze eigenschappen duidelijk gebruikte:

Situatie:

Dit gebeurde er:

Deze eigenschap van mijzelf gebruikte ik:

Situatie:

Dit gebeurde er:

Deze eigenschap van mijzelf gebruikte ik:

Grappig zijn

Precies zijn

Sportief zijn

**Zelfvertrouwen
hebben**

Lef hebben

**Voor anderen
zorgen**

Vriendelijk zijn

Zelfstandig zijn

**Eigen fouten
toegeven**

**Belangstelling
voor anderen
hebben**

Duidelijk zijn

**Graag nieuwe
dingen willen
weten**

**Je aan regels
kunnen houden**

**Je aandacht
erbij kunnen
houden**

**Kunnen
genieten**

**Makkelijk
kunnen praten**

Handig zijn

**Kunnen
doorzetten**

Eerlijk zijn

Creatief zijn

**Hard kunnen
werken**

Je mening geven

Verstandig zijn

Vrolijk zijn

Avontuurlijk zijn

**Zelf met ideeën
komen**

**Om kunnen
gaan met kritiek**

**Niet alles
zomaar geloven**

Geduldig zijn

**Vertellen wat er
in je omgaat**

Hulp vragen

Muzikaal zijn