

Reflectieformulier

Workshop: Gebruikmakend van je spiegelneuronen kijken naar het Nederlands 11-tal tijdens het WK en reflecteren op je eigen team binnen je organisatie

Contactpersoon:	Margriet Hijweege (zijwegen@zijwegen.nl)
Naam deelnemer	_____
Bedrijf	_____
Functie	_____
Wedstrijd	Nederland - _____
Datum wedstrijd	_____



Manier van werken in deze workshop

Het Nederlands 11-tal speelt mee in het WK-voetbal. Deze wedstrijden zijn op TV te zien. Het kijken naar een wedstrijd van het Nederlands team, thuis, met bewoners, met vrienden hoe dan ook, is het grootste deel van de workshop. Het invullen van dit reflectieformulier maakt de workshop echt compleet.

Kijken en leren

Kijken naar beelden is een van de krachtigste methodes om te leren. Daarbij blijkt dat 'spiegelneuronen' in onze hersenen een belangrijke rol spelen.

Jan Janssen, wereldkampioen in 1964 en winnaar van de Tour de France in 1968, werd geïnterviewd. "Meneer Janssen", vroeg de interviewer, "hoe is het allemaal begonnen?" "Nou", antwoordde Jan, "als jongetje had ik een racefiets gekregen en die stond bij ons in de kelder. Elke dag poetste ik die fiets en ik ging er vaak uren voor zitten ik zocht plaatjes van andere fietsers en ging ook zoveel mogelijk naar wedstrijden kijken. Uren en uren waarin ik mezelf in de bergen zag fietsen en etappes winnen." In die uren legde Janssen de basis om kampioen te worden. Tegenwoordig is trainen in verbeelding voor steeds meer topsporters/voetballers even belangrijk als trainen van conditie.

Spiegelneuronen zijn bijzondere cellen. Ze worden actief op het moment dat je een bepaalde actie uitvoert, maar ook als iemand anders diezelfde actie uitvoert. Ze spiegelen als het ware het gedrag van de ander. Dat maakt het mogelijk het gedrag en de bedoelingen van anderen te kopiëren, te begrijpen en daarover na te denken.

Dus kijken naar het Nederlandse team, kan je enorm helpen om ook naar je eigen team te kijken. Dat is dan ook de bedoeling van deze workshop. Kijken naar een wedstrijd van het Nederlands team en door middel van de vragen nadenken over je eigen team. Dat is dus inspiratie en resultaat.

Kijkend naar de wedstrijd heb ik als tip voor mijzelf voor verbetering voor mijn eigen bijdrage aan het team?

Mijn tip is:

Nederlands 11-tal	Team waarin ik werk
Samenwerking Hoe en aan welke dingen kun je zien dat het Nederlands 11-tal een team is? 	Hoe en aan welke dingen zien bewoners en familie dat jullie een team zijn?
Respect/fair-play Aan welk gedrag kun je respect van de spelers zien voor: Elkaar _____ Tegenstander _____ Publiek _____ Scheidsrechter _____ Aanvoerder _____	Hoe laten jullie respect zien aan: Elkaar _____ Bewoner _____ Bezoekers _____ Ondersteunende diensten _____ Afdelingshoofd _____
Inspiratie Op welke manier zorgen de spelers ervoor dat ze 'zin' in de wedstrijd hebben? Wat draagt het publiek hieraan bij? 	Hoe zorgen jullie in je team keer op keer voor 'zin' in je werk? Wat dragen de klanten hieraan bij?
Doelgerichtheid/resultaat Wat is het resultaat dat het Nederlands 11-tal wil bereiken? Welke 3 belangrijke zaken moeten zij daarvoor zeker doen? 	Wat willen jullie als team met elkaar bereiken? Welke 3 belangrijke dingen moeten jullie dan absoluut doen?
Bondscoach / leidinggevende Wat is de bijdrage van de bondscoach aan het team van de spelers? Wat doet hij nadrukkelijk? Wat zal hij absoluut niet doen? 	Wat is de bijdrage van de (locatie) manager aan jullie team? Wat doet zij/hij nadrukkelijk? Wat zal zij/hij absoluut niet doen?

Alles ingevuld?

Jouw handtekening: _____

Handtekening Margriet Hijweege: _____