

## **Reflecties workshop 1: mindset**

- Heldere inleiding
- Prettig dat expliciet genoemd wordt dat Marleen (die er niet bij kon zijn) actief heeft bijgedragen aan het ontwikkelen van de workshop
- Beging met een stukje theorie. Tamelijk compleet overzicht over wat er bekend is.
- Manita presenteert op een rustige, zelfverzekerde manier, met autoriteit
- Manita modelleert leren (geeft het voorbeeld) door aan te geven dat ze zelf ook nog verder lerend was/is wat betreft mindset.
- Tip: het eerste deel van de theorie had misschien nog iets gestructureerder gebracht kunnen worden, zodat deelnemers iets gemakkelijker het overzicht zouden kunnen houden.
- Lydia introduceert de fantastische worsteling-oefening. Met deze oefening gaat met actief aan de slag. Hoewel er onvoldoende tijd is voor de oefening geven verschillende deelnemers aan dat het nu toch al nuttig was geweest (alleen al door het benoemen en delen van de worsteling)
- Leuke workshop over een erg interessant onderwerp

## **Reflecties workshop 2: cirkeltechniek**

- goede eenvoudige structuur van de workshop
- het programma wordt verhelderd zodat deelnemers direct overzicht hebben
- cirkeltechniek op progressiegerichte interventies is relevant en werkt activerend
- eerst in duo's werkt veilig en is nuttig voor deelnemers
- daarna op groepsniveau is interessant voor een overzicht
- mooi uitgevraagd na de oefening
- tip: doordat de deelnemers hun eigen post-its op de flip-over moesten plakken waren hun eigen cirkels na afloop leeg. Bedenk een manier waarop de individuele cirkels bewaard blijven (bv door het in de cirkels op te schrijven en ook op post-its te laten schrijven waarbij de postits na de flipover gaan en de geschreven tekst beschikbaar blijft in de eigen cirkels
- heel precies de stappen van de cirkeltechniek gevolgd waardoor in korte tijd een zeer nuttige workshop ontstond

## **Reflecties workshop 3: zelfdeterminatietheorie**

- mooie presentatie
- vragenlijstje gemaakt dat alle deelnemers kunnen invullen en zelf scoren. Creatief idee. Deelnemers zijn direct actief betrokken.
- Uitleg over de zelfdeterminatietheorie door Sanne was prima en verhelderend.
- Tip 1: de vragenlijst was een creatieve en leuke vorm. Inhoudelijk schiep dit onderdeel wel een verwarring. De suggestie ontstond dat voor verschillende personen verschillende basisbehoeften vooral belangrijk zijn. Dat is niet zo. Ze zijn universeel. Alle basisbehoeften zijn essentieel voor floreren voor ieder individu.
- Tip 2: de uitleg van Sanne was prima. Wel werd af en toe gesproken van 'intrinsieke motivatie' waar 'autonome motivatie' van toepassing was.
- Een interessante workshop over een belangrijk en boeiend onderwerp.