

# Signalenspel



## WERKVORM 6 VAN BEGRIP, ECHT BEGRIP

### DOEL

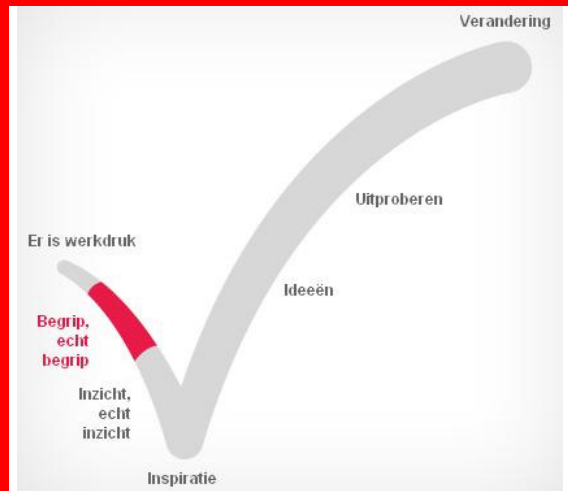
- Inzicht in signalen van werkdruk en werkplezier bij jezelf en je collega's.
- Eigen en andermans grenzen leren herkennen en zo nodig tijdig handelen.
- Eigen en andermans werkplezier leren herkennen en hier positief op weten te reageren.

### TIJD

- 30 minuten.

### NODIG

- Een groep collega's, liefst een voltallig team.
- De checklisten uit de bijlage voor elke deelnemer gekopieerd.



Ken jij je eigen grenzen? Wat merk je bij jezelf als je werkdruk (te) hoog oploopt? Merk je het als je plezier in je werk hebt? En weet je de signalen van je collega's? Met dit signalenspel leer je je collega's beter kennen...en misschien kom je er wel achter dat je je collega's beter kent dan ze zichzelf kennen!

### Werkwijze

- Kies of je deze werkvorm voor de signalen van werkdruk, van werkplezier of van beiden wilt inzetten.
- Je vraagt deelnemers de checklist(en) signalen (zie bijlage) voor zichzelf in te vullen: als je een periode werkdruk en/of werkplezier ervaart, welke signalen zie je dan wel eens bij jezelf? Na invullen vouwen deelnemers de checklist dubbel, laten de antwoorden niet aan een ander zien.
- Deelnemers maken groepjes van 3-6 personen bestaande uit degenen die ze het beste kennen, waarmee ze het meest samenwerken.
- Om de beurt staat één deelnemer centraal. Collega's benoemen dan welke signalen ze wel eens bij deze persoon zien of zouden verwachten. Ze gebruiken de checklist(en) als inspiratie, maar laten zich daar niet door beperken.
- Als ieder zijn zegje heeft gedaan reageert de centrale deelnemer: geeft aan of het klopt, of ie de signalen herkent, of er meer te zien of te merken zou zijn. Deelnemers bepalen zelf hoe open ze zijn, deze grenzen worden door de anderen gerespecteerd.
- Bespreek plenair na hoe deelnemers het vonden om te doen. Moeilijk? Makkelijk? Verrassend? Kenden collega's elkaar goed? Bespreek ook wat je wilt doen als je in de toekomst bij elkaar echt signalen ziet.