

De 8-baan kennismaking

Duur: 10 min.

Grootte: < 8

Doel

Persoonlijk of op inhoud kennismaken.

Bruikbaar bij

Een training of workshop.

Meervoudige interesse

Visueel-ruimtelijk, Verbaal-linguïstisch, intrapersoonlijk.

Aanpak

- Vraag de deelnemers een A4 en viltstiften te halen.
- Als de afgelopen periode een 8-baan zou zijn, visualiseer dan die 8-baan op de A4. Waar bevindt zich jouw karretje? Teken die plaats in op jouw 8-baan.
- Vervolgens presenteert ieder om de beurt zijn/haar tekening door de tekening voor de camera te houden resp. voor de groep te houden. Hij/zij geeft een toelichting op de tekening. Eventueel kun je doorvragen: Wat is de reden dat jouw karretje zich daar bevindt? Waar zit je in het karretje? Voor- of achterin?

Andere vragen:

Je kunt ook vragen een 8-baan te tekenen die het project voorstelt en vervolgens de opdracht teken het karretje op de ;plek waar jij jezelf het meest comfortabel voelde.

Variant

Bij een meerdaagse training op een vervolgdag.

Als deze training een reis is. Visualiseer dan die reis en geef aan waar je zelf staat. Vervolgens vraag je om een toelichting en kun je doorvragen.

Bijvoorbeeld: Wat heeft de reis je al gebracht? Wat heb je nodig om je reis te vervolgen?

Bron

8-baan: Antoinette Middeldorp

Variant: Judith de Jong

