

Docenteninstructie

Lesbrief: Omgaan met kritiek – Thema: Vakkundig communiceren

Toelichting en aandachtspunten

Aantal uren	6 - 8
Uitvoering	Individueel en in drietallen
Werkkaarten	Planning maken
Past bij beroepsgericht examenprogramma	Zorg & Welzijn Economie & Ondernemen Horeca, Bakkerij & Recreatie

Voor deze lesbrief kunnen leerlingen de volgende websites gebruiken:

- assertief.nl/fomo/
- goo.gl/nlu63S

In deze lesbrief worden de volgende video's gebruikt:

- 'Conflicten constructief oplossen': Ga naar goo.gl/exYD0U om deze video te bekijken.
- 'Waarom we kritiek haten'. Ga naar vakcollegegroep.nl/vakkundigcommuniceren om deze video te bekijken.

Lesbrief	Omgaan met kritiek en waardering
Stap 1: Oriënteren	Verzamel informatie over omgaan met kritiek geven en ontvangen. Maak een begin met jouw grenzen stellen. Brainstorm over 'Omgaan met kritiek'.
Stap 2: Voorbereiden	Maak je planning. Maak de vragen voor de poll. Maak de video van de situaties. Schrijf de e-mail.
Stap 3: Uitvoeren	Zet de poll online. Verstuur de e-mail.
Stap 4: Afronden en terugkijken	Verzamel de resultaten van de poll. Geef de resultaten in een grafiek weer.



Omgaan met kritiek

Deze lesbrief gaat over kritiek geven en ontvangen. Het is belangrijk dat leerlingen leren waarom er kritiek wordt gegeven en hoe ze hier mee omgaan. Wanneer ze dit begrijpen helpt dit meningsverschillen, ruzies en conflicten te voorkomen.

De leerlingen maken een video waarin ze 3 situaties schetsen waarin kritiek gegeven wordt. Bij elke situatie maken ze een poll-vraag met 3 mogelijke reacties: zelfrechtvaardiging, zelfbeschuldiging en ruimte geven om zich niet schuldig te voelen. Deze 3 mogelijke reacties worden besproken in de Oriëntatie Stap 1.

In de bijlage van deze docenteninstructie staan kijkvragen, die gebruikt worden bij de video 'Waarom we kritiek haten'. Deze video kan als verdiepingsstof worden aangeboden. De bijbehorende video staat hierboven als tweede suggestie genoemd. De onderliggende theorie uit deze video vormt de basis van de poll: zelfrechtvaardiging, zelfbeschuldiging en ruimte nemen om jezelf niet schuldig te voelen. U kunt deze video ook zelf bekijken als voorbereiding op deze lesbrief.

Stap 1: Oriënteren

Bij FOMO.

Het juiste antwoord is het tweede alternatief: geen nee durven zeggen tegen jezelf of een ander, uit angst om iets te missen, niet leuk gevonden te worden of om buiten de groep te vallen.

Bij ja zeggen wanneer...

Een idee is om bij de meervoudige intelligentie kleuren in te zetten. Vraag leerlingen het hokje of de tekst een kleur te geven. Laat de leerling deze keuze uitleggen.

Bij jongeren AND poll.

Voor meer informatie over deze zoekopdracht zie:

- http://nl.wikipedia.org/wiki/Booleaanse_operator
- <http://www.zoekprof.nl/achtergronden/booleaans3.html>
- <http://infovaardig.pbworks.com/w/page/19936532/booleaanse%20operatoren>

Stap 2: Voorbereiden

Bij video maken.

De leerlingen schrijven een script met een open einde, zodat ze in de poll suggesties kunnen geven hoe deze situatie af kan lopen: zelfrechtvaardiging, zelfbeschuldiging of ruimte nemen om je niet schuldig te voelen.

Bij vragen voor de poll maken.

Wanneer u zelf regelmatig een poll onder de leerlingen uitzet, kan dit een mooie reflectie opleveren. Als voorbereiding op deze les zou u de leerlingen kunnen uitnodigen voor een poll.

SurveyMonkey is een mooi instrument. Mogen de leerlingen zelf een account aanmaken? Welk e-mailadres gebruiken ze hiervoor?

Bij e-mail voorbereiden.

Maak nogmaals duidelijk dat de mensen die uitgenodigd worden voor de poll passen bij de situaties uit de video.

Bespreek bij dit onderwerp de privacy (BCC gebruiken) van de deelnemers aan de poll. In de e-mail moet het waarom van deelname staan vermeld. Geef eventueel extra eisen mee. Dit onderdeel zou door de vakdocent Nederlands gegeven kunnen worden.



Omgaan met kritiek

Stap 3: Uitvoeren

Geen bijzonderheden.

Stap 4: Afronden en terugkijken

Bij het resultaat.

Sommige programma's genereren automatisch een grafiek. Ook kunnen leerlingen zelf een grafiek maken in Word of Excel en dit invoegen.



Omgaan met kritiek

Bijlage: Vragen + antwoorden bij de video 'Omgaan met kritiek'

1. Wat is bij kritiek belangrijker?
 - De reactie in iemands hoofd
 - Wat iemand zegt als hij/zij kritiek heeft gekregen
2. Zelfrechtvaardiging is hetzelfde als denken 'Ik kan er niets aan doen'.
 - Waar
 - Niet waar
3. Zelfverwijt is hetzelfde als denken 'Ik heb het helemaal verkeerd gedaan'.
 - Waar
 - Niet waar
4. Positief zelfbeeld wil zeggen dat iemand van zichzelf denkt:
 - Ik deug
 - Ik bedoel het goed
 - Beide
5. Waarom is zelfrechtvaardiging vaak de 1^{ste} reactie op kritiek?
 - Dan ben je van het gezeur af
 - Een mens wil geen ruzie
 - Een mens wil dat zijn positieve zelfbeeld blijft kloppen
6. Zelfrechtvaardiging heb je van jezelf NIET door.
 - Waar
 - Niet waar
7. Iemand die kritiek geeft heeft de zelfrechtvaardiging van de ander NIET door.
 - Waar
 - Niet waar
8. Zelfrechtvaardiging maakt je ongevoelig voor kritiek.
 - Waar
 - Niet waar
9. Soms trek je je kritiek wel aan. Hoe werkt dat? Zet de antwoorden in de juiste volgorde:

kritiek komt binnen als die vaker wordt gegeven - na kritiek blijf je doorgaan op dezelfde manier - de spiegel wordt groter - de fouten worden groter.



Omgaan met kritiek

10. Hoe komt het dat je je rot kan voelen na kritiek?

- Je vindt de ander heel vervelend
- Als je de fout toestaat moet jij je positieve zelfbeeld aanpassen en dat voelt niet fijn
- Je accepteert kritiek niet

11. Hoe kan je kritiek het beste laten landen of binnen laten komen bij iemand? Door:

- Kritiek te laten zitten, het geeft toch alleen maar gedoe
- Stevige kritiek te geven, dan kan de ander zichzelf niet gaan rechtvaardigen
- Iemand de gelegenheid te geven om zichzelf te rechtvaardigen

12. Welk gedrag laat jij zien als een ander zichzelf rechtvaardigt?

- Ik ben mild
- Ik luister en leef mee
- Ik geef de boodschap; "jij bent oké"
- Ik doe alle drie tegelijkertijd

13. Complimenten zijn belangrijk omdat:

- Alleen maar kritiek en geen complimenten werkt niet
- Complimenten zorgen dat kritiek eerlijk over komt
- Complimenten op de persoon helpen het zelfbeeld te vergroten

14. Kritiek geef je nooit digitaal!

- Waar, omdat
- Niet waar, omdat



Omgaan met kritiek

Antwoorden

1. Wat is bij kritiek belangrijker?

De reactie in iemands hoofd

2. Zelfrechtvaardiging is hetzelfde als denken "Ik kan er niets aan doen".

Waar

3. Zelfverwijt is hetzelfde als denken 'Ik heb het helemaal verkeerd gedaan'.

Waar

4. Positief zelfbeeld wil zeggen dat iemand van zichzelf denkt:

Beide

5. Waarom is zelfrechtvaardiging vaak de 1^{ste} reactie op kritiek?

Een mens wil dat zijn positieve zelfbeeld blijft kloppen

6. Zelfrechtvaardiging heb je van jezelf NIET door.

Waar

7. Iemand die kritiek geeft heeft de zelfrechtvaardiging van de ander NIET door.

Niet waar

8. Zelfrechtvaardiging maakt je ongevoelig voor kritiek.

Waar

9. Soms trek je je kritiek wel aan. Hoe werkt dat. Zet de antwoorden in de juiste volgorde

*na kritiek blijf je doorgaan op dezelfde manier - de fouten worden groter - de spiegel wordt groter
- kritiek komt binnen als die vaker wordt gegeven*

10. Hoe komt het dat je je rot kan voelen na kritiek?

Als je de fout toestaat moet jij je positieve zelfbeeld aanpassen en dat voelt niet fijn

11. Hoe kan je kritiek het beste laten landen of binnen laten komen bij iemand door.

Iemand de gelegenheid te geven om zichzelf te rechtvaardigen

12. Welk gedrag laat jij zien als een ander zichzelf rechtvaardigt?

Ik doe alle drie tegelijkertijd



Omgaan met kritiek

13. Complimenten zijn belangrijk omdat:

Alleen maar kritiek en geen complimenten werkt niet

14. Kritiek geef je nooit digitaal!

*Waar, omdat je zo niet goed om kan gaan met zelfrechtvaardiging van de ander
Niet waar, omdat dat soms wel mag als de ander zelf om feedback heeft gevraagd*