

## Programma korte module voor inspiratoren

### Sessie 1 - De rol van inspirator

#### Leerdoelen

- Inzicht in eigen kwaliteiten als inspirator
- Uitwisselen over kwaliteiten met collega inspiratoren
- Gezamenlijk ontwikkelen van ideeën over de rol van de inspirator in de organisatie

#### Opbouw van de sessie

1. Welkom en programma
2. Voorstellen a.d.h.v. eigen inspirator kwaliteit: wat maakt jou als inspirator uitzonderlijk?
3. Introductie van het 'inspiratorschap'
  - Wat is een inspirator?
  - Wat zijn de grootste misverstanden van het inspiratorschap?
  - Hoe zien wij de rol van inspirator in onze organisatie?
4. Oefening: denk in groepjes na over de rol van de inspirator in de organisatie en hoe je daar als individu invulling aan kunt geven. Schrijf een visie voor de organisatie en voor jezelf als individu.
5. Bespreking opdracht: oefen met het overbrengen van de theorie en praktijk van de leefplezier-benadering (voor jezelf en/of aan anderen)

#### Planning

Welkom en programma (10 min.)

Voorstellen a.d.h.v. kwaliteiten (30 min.)

Introductie van het inspiratorschap (15 min.)

Pauze (15 min.)

Oefening: de rol van inspirator & plan van aanpak (75 min.)

Afsluiting (5 min.)

### Sessie 2 - Het overbrengen van de leefplezier-benadering

#### Leerdoelen

- Kennis en vaardigheden om de leefplezier-benadering over te brengen aan collega's
- Uitwisselen over kwaliteiten met collega inspiratoren
- Analyseren van het plan van aanpak naar aanleiding van de individuele presentaties

#### Opbouw van de sessie

1. Welkom en programma
2. Rondje ervaringen: hoe ging het oefenen met het overdragen van de theorie en praktijk van de leefplezier-benadering? Hoe heb je het oefenen ervaren? Ben je anders naar de kennis gaan kijken?

(vervolg op volgende pagina, begint weer bij 1)

Leyden Academy

ON VITALITY AND AGEING

### 1. Introductie kennisoverdracht

- Waar moet je op letten als je kennis overdraagt aan anderen?
- Waar moet jij persoonlijk op letten als je kennis overdraagt aan anderen?
- Wat zijn de grootste misverstanden van het overdragen van kennis?

### 2. Oefening: oefen in groepjes met het overdragen van de theorie en praktijk van de leefplezierbenadering. Geef elkaar feedback en oefen opnieuw.

### 3. Bespreking opdracht: oefen met het overdragen van de kennis op collega's die de leefplezierbenadering niet kennen.

#### *Planning*

Welkom en programma (10 min.)

Rondje ervaringen (30 min.)

Introductie kennisoverdracht (15 min.)

Pauze (15 min.)

Oefening: kennis overbrengen (75 min.)

Afsluiting (5 min.)

## **Sessie 3 - Feedback geven en omgaan met weerstand**

### *Leerdoelen*

- Kennis en vaardigheden om feedback te geven (en ontvangen)
- Kennis en vaardigheden om met weerstand om te gaan
- Gezamenlijk ontwikkelen van ideeën over hoe je als inspirator om kunt gaan met lastige situaties

### *Opbouw van de sessie*

#### 1. Welkom en programma

#### 2. Rondje ervaringen: delen van positieve en negatieve ervaringen met het geven (en ontvangen) van feedback en weerstand?

#### 3. Introductie feedback geven (en ontvangen)

- Wat is goede feedback?
- Wat is slechte feedback?
- Waar liggen jouw sterkte en ontwikkelpunten m.b.t. het geven (en ontvangen) van feedback?

#### 4. Introductie omgaan met weerstand

- Wat doe je wel wanneer er sprake is van weerstand?
- Wat doe je niet wanneer er sprake is van weerstand?
- Wat hebben jullie als organisatie afgesproken aangaande weerstand?

#### 5. Oefening: doe een rollenspel feedback geven en weerstand.

#### 6. Bespreking opdracht: ga aan de slag als inspirator!

#### *Planning*

Welkom en programma (10 min.)

Rondje ervaringen (30 min.)

Introductie feedback geven (15 min.)

Introductie omgaan met weerstand

Pauze (15 min.)

Oefening: rollenspel feedback en weerstand (75 min.)

Bespreking opdracht (5 min.)