



9. ZELFPORTRET

Samenvatting

Aan het begin van een seizoen kan het handig zijn om als instructeur inzicht te krijgen in de kwaliteiten van de (nieuwe) kringleden. Ook de coördinator kan daar gebruik van maken bij inzet voor oefeningen.

Doelstellingen

- alle deelnemers worden geactiveerd en leveren unieke bijdragen;
- inzicht verkrijgen in de kwaliteiten van de kringleden;
- de deelnemers leren reflecteren.

Voorwaarden

- groot leslokaal of meerdere lesruimtes met tafels en stoelen;
- groepsgrootte 8 – 24 personen;
- hulpmiddelen: pen, papier(en) met opdracht;
- tijdsduur: ± 30 minuten;
- voorbereidingen: voldoende A4-papieren met opdracht.

Toepasbaarheid

- praktische opdracht;
- belangstellingsniveau / interesses / inzetbaarheid van de kring vaststellen.

Beschrijving

In de lesruimte worden tafels en stoelen klaargezet. De instructeur geeft plenair uitleg over de opdracht. Deze opdracht duurt 30 minuten. De deelnemers krijgen een lijst met eigenschappen. Deze eigenschappen worden door henzelf gerubriceerd. Aan de hand van hun eigen indeling per rubriek kan de instructeur achterhalen welke kwaliteiten ieder kringlid heeft. Wanneer deze opdracht aan het eind van het seizoen wordt uitgevoerd kan de instructeur de indeling gebruiken bij het plannen van de lesonderwerpen voor het vervolgseizoen.

Opmerkingen

Sterke kanten:

- alle deelnemers zijn tegelijkertijd actief bezig;
- iedere deelnemer moet nadenken over zijn functioneren;
- het levert inzicht op in de kwaliteiten van de kringleden.

Zwakke kanten:

- er moet veel gelezen worden. Niet iedereen is even snel daarmee;
- er wordt privacygevoelige informatie gegeven.

Bijlage: lijst met eigenschappen.

9. Zelfportret - bijlage

Hieronder ziet je een lijst met eigenschappen van een LOTUSslachtoffer. Lees deze lijst aandachtig door en bedenk welke eigenschappen wel of juist niet bij jou horen.

| Nr | Eigenschap |
|----|---|
| 1 | Ik ben op tijd voor een optreden als LOTUSslachtoffer. |
| 2 | Ik bied mij aan wanneer er wordt gevraagd om een LOTUSslachtoffer. |
| 3 | Ik controleer mijn spullen voordat ik als LOTUSslachtoffer ga optreden. |
| 4 | Ik doe actief mee tijdens een bijscholingsles. |
| 5 | Ik grimeer de letsels meestal met Dermawax. |
| 6 | Ik heb een setje visitekaartjes, met gegevens van mijn LOTUSvereniging, bij mij. |
| 7 | Ik heb mijn EHBO-boek bij mij wanneer ik als LOTUSslachtoffer ga optreden. |
| 8 | Ik heb mijn LOTUSleerboek bij mij wanneer ik als LOTUSslachtoffer ga optreden. |
| 9 | Ik heb een set kleding bij mij wanneer ik als LOTUSslachtoffer ga optreden. |
| 10 | Ik heb mijn LOTUSkoffer van binnen netjes opgeruimd. |
| 11 | Ik help tijdens een oefening graag mijn mede LOTUSslachtoffers. |
| 12 | Ik kan als LOTUSslachtoffer optreden bij een EHBO-examen. |
| 13 | Ik kan binnen 3 minuten een letsel grimeren. |
| 14 | Ik kan elk letsel uit het LOTUSleerboek grimeren. |
| 15 | Ik kan het namaakweefsel goed op kleur krijgen. |
| 16 | Ik kan mij goed inleven in de rol van het slachtoffer dat ik moet uitbeelden. |
| 17 | Ik zorg ervoor dat ik vers brooddeeg bij me heb. |
| 18 | Ik maak mijn LOTUSkoffer geregeld schoon van binnen en van buiten. |
| 19 | Ik treed, als LOTUSslachtoffer, graag op bij de ambulancedienst. |
| 20 | Ik treed, als LOTUSslachtoffer, graag op bij defensie. |
| 21 | Ik treed, als LOTUSslachtoffer, graag op bij een EHBO-vereniging. |
| 22 | Ik treed, als LOTUSslachtoffer, graag op bij een zorginstelling. |
| 23 | Ik voel mij, tijdens een oefening, verantwoordelijk voor mijn mede LOTUSslachtoffers. |
| 24 | Ik ziet er representatief uit wanneer ik ga optreden als LOTUSslachtoffer. |
| 25 | Ik zorg ervoor dat mijn LOTUSkoffer er netjes uitziet aan de buitenkant. |
| 26 | Ik zou wel in het bestuur van mijn LOTUSvereniging willen plaatsnemen. |
| 27 | Ik bezoek graag de ledendag van de organisatie LOTUS. |
| 28 | Ik speel vaak bij mijn eigen EHBO-vereniging. |
| 29 | Ik vind het leuk naar iets anders toe te gaan dan de naar de standaard optredens. |
| 30 | Ik heb er geen bezwaar tegen wanneer er tijdens een optreden foto's / video's van mij worden gemaakt. |
| 31 | Ik vind het geen probleem als enige slachtoffer naar oefeningen te gaan. |
| 32 | Ik bestudeer voorafgaand aan een les in mijn LOTUSleerboek het onderwerp voor die les. |
| 33 | Ik zoek regelmatig op internet naar foto's van letsels. |
| 34 | Ik verleen daadwerkelijk eerste hulp bij evenementen. |

Naam: _____

Zet de nummers, uit de lijst met eigenschappen van de voorkant, in één van de onderstaande kolommen waarvan jij vindt dat die het beste bij jou past.

| Dit is helemaal zo | Soms | Ik twijfel of weet niet | Dit is niet zo |
|--------------------|------|-------------------------|----------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

Wil je nog toelichting geven op jouw keuzes? Schrijf die dan hieronder op.