

Instructie Een goede instructie en een inspirerende opdracht leveren resultaat en tevredenheid op.

Uitgangspunten

Wanneer men instructie geeft wordt informatie over een bepaalde opdracht overgedragen. De instructie moet er toe leiden dat de leerling(werknemer) bekwaamheid ontwikkelt in het uitvoeren van de opdracht, gemotiveerd wordt en zich bewust wordt van de eventuele risico's bij de uitvoering.

Voorwaarden

Het geven van een instructie is efficiënt en effectief als de volgende 5 stappen worden doorlopen:

- Voorbereiding van het instructiegesprek.
- Uitleggen van de opdracht.
- Evalueren van de opdracht.
- Introduceren van de opdracht.
- Oefenen van de opdracht.

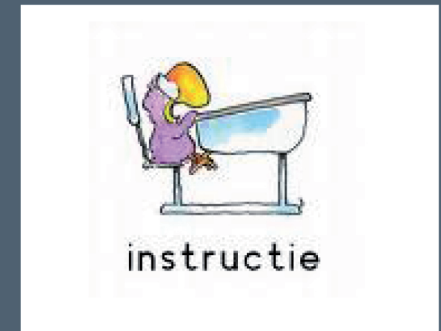
Werkwijze

Het instructiegesprek

- Analyseer de opdracht: wat is het doel en wat zijn de uitvoeringseisen? Maak gebruik van de SMART-methode. Formuleer doelstellingen die **s**pecifiek, **m**meetbaar, **a**ceptabel, **r**ealistisch en **t**ijdgebonden zijn.
- Stel de beginsituatie van de leerling(werknemer) vast en sluit hierop aan.
- Maak zonodig gebruik van een handleiding en/of checklist.
- Check of er problemen en/of weerstanden bij de leerling(werknemer) bestaan en zoek naar oplossingen.

Het introduceren van de opdracht

- Vertel wat de opdracht precies inhoudt en aan welke uitvoeringseisen het moet voldoen.
- Motiveer de leerling(werknemer) door voordelen naar voren te halen, het zelfvertrouwen te stimuleren en vragen te stellen.



“We hebben allemaal de veters van onze schoenen leren strikken en dat is een vaardigheid die we nu gedachteloos uitvoeren. Vaardigheden die we aan anderen willen instrueren vragen echter om een stappenplan, zeker als we deze zelf als het ware ‘automatisch’ uitvoeren.”

Bijlage 'anders leren denken'

Vul onderstaand RZA-schema (rationele zelfanalyse) in. Beschrijf samen met de leerling(werknemer):

A. De situatie/gebeurtenis

Het vaststellen van de gebeurtenis waarin faalangst ervaren wordt en het gevolg ervan.

B: Gedachten over A

Het formuleren van gedachten die leiden tot de faalangst.

C: Emotionele reactie (gevoel en gedrag)

Het formuleren van gedrag en gevoel. Wat voel je en wat deed je of hoe handelde je?

D: Rationele weerlegging van B

Het vervangen van niet-helpende gedachten door gedachten die wel helpen de situatie te verbeteren. Ga voor iedere gedachte bij B na of deze beantwoordt aan de vier kenmerken. Zo niet, formuleer een nieuwe rationele gedachte:

1. Is de gedachte waar?
2. Helpt de gedachte mij om te bereiken wat ik wil bereiken?
3. Helpt de gedachte mij om gevoelens, die ik niet wil, te vermijden of te voorkomen?
4. Helpt de gedachte mij om conflicten met mijn omgeving, die ik niet wil, te vermijden of te voorkomen?

E: Gevoelsvoorkeur/doel

Het verankeren van de nieuwe denkpatronen en de gevoelens die daarbij spelen. Hoe zou je je willen voelen en gedragen?



Herformuleer negatieve, belemmerende gedachten van de leerling(werknemer) in positieve richting. Zoek samen naar meer reële gedachten in plaats van de irreële angstgedachten.