

# Opspeur tips. Waar zit de 'fout'?



Interpretatie, hoe lees en denk jij? Hoe denkt de docent of de makers van de methode? Soms is het afstemmen, soms levelen. Dit is een handige vaardigheid. Als dit teveel wordt trek dan aan de bell

Wees niet bang voor een 'rode streep'.  
Want jij durft te oefenen met fouten  
maken, en maakt van die streep een krul.

En als je omgeving je tegen zit?

**Think positive,  
practice kindness.**

En dan krijg jij een fancyschmancy karakter.  
Bam!



## Jouw checklist

**Weet ik wat de bedoeling is?**

*Top down of down top?*

Op welke manier wordt de les aangeboden?  
Heb jij helder waar het heen gaat en waarom?  
En zie je de tussenstappen die je moet laten zien? (En check ff of je de details goed leest)

**Heb je hulpbronnen?**

*Is het helder welke er zijn en welke je nu kunt inzetten?*

Hulpbronnen zijn bijv.: lesboeken, klasgenoten, docent, internet, bieb, kladblaadje, spiekbriefje...

**Hoe is je aandacht?**

*Is er afleiding of concentratie?*

Word je afgeleid door iets om je heen, kijk of je daar (vriendelijk) iets aan kunt doen. Komt het van binnenuit? Check dan je ademhaling, en doe eventueel even een energizer. Denk ook aan een kladbriefje voor gedachten die je dan even kunt parkeren. Of wat dacht je van frisse lucht of wat eten? (Mobiël weg/uit)

**Hoe zijn je gevoelens?**

*Ben je happy, verdrietig of gefrustreerd?*

Bij gevoelens die in de weg gaan zitten is rustig en diep ademen een must. Daarnaast kan het helpen om bijv.: te praten met iemand, van je af te schrijven of tekenen, rondje te wandelen, een muziekje...

**Is je visie helder?**

*Weet je waar je het voor doet?*

Wat is jouw goal? Waar ga je voor? Heb je voldoende inspiratie, betekenisgeving en uitdaging zodat de saaie of vervelende gedeelten tijdens je route uit te houden zijn?

**Lukt het reflecteren?**

*Kun je onderscheid maken tussen wie je bent en wat je aan het leren bent?*

Snel denkende hersenen kunnen van de gedachte: 'ik doe het fout' de stap maken 'ik ben fout'. Dat is natuurlijk niet waar. Tackel die. Want anders voel jij je bij feedback snel persoonlijk aangevallen, Stap in de helikopter en zorg dat je het totaal blijft overzien.