

Oefening 9

WAT IS MIJN VOORKEUR: PASSIEF, AGRESSIEF OF ASSERTIEF?



SITUERING

Waar zie ik mezelf?
Hoe schat ik mezelf in wat betreft assertief, passief en agressief gedrag



DEELNEMERS

Variabel



MATERIAAL

Bijlage 1: foto's met uitleg - 1 keer uitgeprint



TIJD

20 minuten

DOELSTELLINGEN

- Inzicht in eigen gedrag
- Reflectie over zichzelf



VERLOOP

De trainer:

1. Hangt de 3 foto's met uitleg verspreid over de ruimte.
2. Overloopt elke persoon op de foto en leest de tekst per persoon voor.
3. Geeft de opdracht aan de deelnemers om per 2 te gaan staan.
4. Vraagt waarin men zichzelf het meest herkent: foto 1, 2 of 3?
En geef een voorbeeld aan je partner.
5. Laat verschillende duo's even kort aan het woord over hun bevindingen.