

Tool 2: Sterktes en energie

Doel:

Om te weten waarop je wil inzetten als leerkracht is het goed om je energie gevende sterktes te kennen. We zien sterktes niet als 'talenten', maar wel als vaardigheden, die combineerbaar zijn tot hogere orde vaardigheden, én die jou energie geven (Meyers, van Woerkom & Dries, 2013¹). (Een hogere orde vaardigheid is een complexe vaardigheid die bestaat uit een aantal deelvaardigheden, bv. vergaderen. Daarvan zijn mogelijke deelvaardigheden: luisteren, analyseren, ondersteunen, leiding nemen, argumenteren, (Van Geert, 1986²; Breeuwsma, 1998³).

Als je een duidelijk beeld hebt van wat jou energie geeft en wat jou energie kost, dan heb je deze tool niet nodig. Je moet minstens van beide een lijstje kunnen maken. Het liefst geformuleerd in werkwoorden (bijvoorbeeld: "Ik ben sterk in analyseren") en niet in interessegebieden (bijvoorbeeld: "Ik ben goed in wiskunde").

Leerkrachten die een duidelijk beeld hebben van hun sterktes en wat hen energie geeft, dan wel kost, kunnen gemakkelijker taken en rollen zodanig vormgeven zodat ze er energie van krijgen. Dat maakt ze met meer energie gaan werken en dus duurzaam inzetbaar worden.

Hoe pak je dit aan?

(De Bisschop, 2016⁴; Teachmi, z.d.⁵)

- Op de sterktekaart staan twee assen. De ene as (verticaal) zegt hoe sterk je bent in een bepaalde vaardigheid. De andere as (horizontaal) vertelt of die sterkte je energie geeft of niet. Helemaal links is energie kostend, het midden is energie neutraal en rechts is energie gevend. Omdat sterktes vaardigheden zijn, drukken we ze uit in werkwoorden.
- Er zijn twee versies om je sterktes in kaart te brengen. De eerste is een eenvoudige, de tweede wat moeilijker, maar ook meer genuanceerd.

¹ Meyers, M. C., van Woerkom, M., & Dries, N. (2013). Talent — Innate or acquired? Theoretical considerations and their implications for talent management. *Human Resource Management Review*, 23(4), 305-321.
<https://doi.org/10.1016/j.hrmr.2013.05.003>

² Van Geert, P. (1986). The concept of development. In: P. Van Geert (ed.) *Theory building in developmental psychology*. Amsterdam: North Holland.

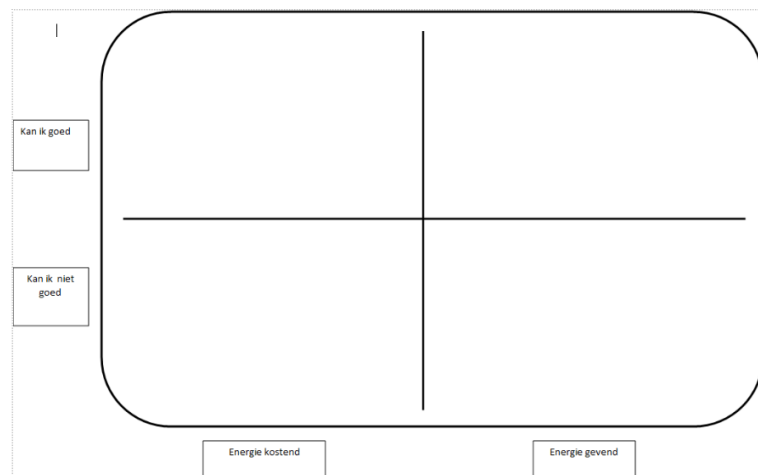
³ Breeuwsma, G. (1998). *Alles over Ontwikkeling*. Amsterdam: Boom

⁴ De Bisschop, M. (2016). *Vertrekken met talent en passie*. Kalmthout: Pelckmans Pro.

⁵ TEACHmi | Erasmus+ / E-learning and Networking platform. (z.d.). Teachmi. Geraadpleegd 21 oktober 2023, van <https://nl.teachmi.eu>

Versie 1: Je brengt hiermee je subjectieve zelfbeeld van je sterktes in kaart (Sjabloon Tool 2 Sterktes en energie – versie 1)

1. Je inventariseert 5 tot 7 sterktes en een viertal minder sterke kanten van jezelf.
2. Die geef je een plaats in het schema. Bekijk hoe groot die sterkte is van jou (ten opzichte van de andere sterktes) en bekijk of ze je energie geeft of kost (ook ten opzichte van de andere sterktes).
3. Je bespreekt je sterktekaart met iemand anders (en andersom).
4. De duo 's formuleren nu voor elkaar een vijftal kenmerken die ook bij hun duo-partner zouden kunnen passen. (Het werkt zelfs voor mensen die elkaar niet kennen, als je vertrekt van de sterktes die de andere al geformuleerd heeft.)
5. De duo 's wisselen uit wat ze bedacht hebben en geven het, eventueel aangepast, een plaats in het schema. Het doel is niet dat de ene de 'juiste' sterktes van de ander vindt. Het doel is dat door het gesprek er een nauwkeuriger zelfbeeld van de eigen sterktes ontstaat.



Kan ik goed		
Kan ik niet goed		
	Energie kostend	Energie gevend

Versie 2: Subjectieve sterktes uitdiepen in werkwoorden door te kijken naar rollen (Sjabloon Tool 2 Sterktes en energie – versie 2)

1. Inventariseer de rollen en/of taken die je op school opneemt. Verschillende taken maken deel uit van een rol. Verschillende rollen vormen een functie. (bijvoorbeeld: een toets verbeteren is een taak, evalueren van leerlingen is een rol, leraar is een functie).
2. Inventariseer de rollen en/of taken die je in je vrije tijd opneemt.
3. Je geeft ze een plaats in het schema sterkte versus energie.
4. Plaats ze met een duidelijk punt in het schema en nummer de punten. Soms is het duidelijker als je bij de punten een verwijswoord naar de kolommen links schrijft.
5. Vul daarna de kolom 'vrije tijd' in het schema aan met letters.
6. Ga in gesprek met een duo-partner en probeer samen te concretiseren (voorbeelden, concreet gedrag, tegenvoorbeelden, ...).
7. Vul op basis daarvan het onderste schema in. Daarin komen meer algemene werkwoorden die op processen duiden. Je vindt een lijst van werkwoorden in het document 'Hulpmiddel Tool 2 Werkwoorden'.

Je hebt nu een veel genuanceerder beeld van je sterktes. Door de vertaling naar werkwoorden, zijn ze algemener en dus gemakkelijker inzetbaar in verschillende contexten. (Als je dit begeleidt, probeer dan interessegebieden te vertalen naar wat je in het interessegebied energie geeft en wat je goed kan. Als een sterkte afhankelijk is van de situatie, probeer dan te zoeken of er geen sprake is van twee onderliggende sterktes).

Naam: _____

LAAG 1: INTERESSEGEBIEDEN

School	Vrije tijd
1.	a.
2.	b.
3.	c.
4.	d.
5.	e.
6.	f.
7.	g.
8.	h.
9.	i.
10.	
11.	
12.	
13.	
14.	

Kan ik goed

Doe ik niet graag

Doe ik graag

LAAG 2: WERKPROCES

Kan ik goed

Doe ik niet graag

Doe ik graag