

TEAM KENNISMAKINGSOEFENINGEN

Deze hand-out beschrijft een aantal team oefeningen. Het doel van de oefeningen is om met elkaar te werken aan het bouwen van vertrouwen en teamvorming. Vertrouwen gaat over het vermogen elkaar als mens te ontmoeten, jezelf te kunnen zijn (in een groep) ook als je niet helemaal zeker van je zaak bent. Het gaat over een manier van communiceren, waarbij je echt leert luisteren naar elkaar als team, helderheid hebt over rollen en verwachtingen en duidelijke spelregels. Teams die de tijd nemen om te bouwen aan deze fundering hebben daar veel profijt van in hun dagelijkse werk.

Daarnaast zitten er een paar leuke ijsbrekers en vormen in die passen bij het elkaar meer als collega en op sociaal vlak leren kennen.

Kies afhankelijk van je doel en de tijd die hebt welke oefeningen je wilt doen en in welke volgorde.



OEFENING: WAT IS VOOR JOU VANZELFSPREKEND?

Wat voor mij vanzelfsprekend is, is dat niet automatisch voor een ander. Ieder heeft zijn eigen gebruiken en normen meegekregen van de plek waar je opgegroeid bent, de organisatie(s) waar je gewerkt hebt. Veel van deze gebruiken neem je onbewust mee in je werk. Dit bepaalt voor een deel hoe je kijkt naar situaties, hoe je je gedraagt en wat je "normaal" vindt. Het kennen en ontdekken van die verschillende gebruiken in een team is nuttig en om gezamenlijk te bepalen wat vinden wij belangrijke normen/spelregens voor ons team.

Doel van de oefening:

Delen en bespreken welke normen en waarden jij meegekregen hebt en vandaag nog terugziet in je werk(wijze).

Tijd: minimaal 10 min per persoon. (Tel het aantal personen dat je hebt bij elkaar op om de totale tijd te berekenen)

Vorm: met de hele groep of in subgroepen.

Eventueel: Voorbereiding: neem een voorwerp mee dat symbool staat voor wat jij belangrijk vindt in een goede samenwerking.

Aanpak:

1. Benoem een tijdbewaker: Zorg dat iemand de tijd bijhoudt. Zodat iedereen ongeveer even veel tijd heeft om de vragen te beantwoorden.
2. Eventueel: Pak de voorwerpen erbij
3. Beantwoord één voor één met elkaar de volgende vragen:
 - Wat is voor jou belangrijk voor een prettige samenwerking?
 - Wat vind jij vanzelfsprekend wanneer je met elkaar samenwerkt? Wat doe jij zonder erbij na te denken, maar verwacht je eigenlijk ook van de ander?
 - Welke normen heb je meegekregen vanuit huis, je vorige werkgever, je vorige team? En zie je vandaag nog terug in je werk?
4. Bespreek nadat iedereen is geweest met je buurman/vrouw: '5 tot '10 min.
 - Welk inzicht heb je opgedaan over jezelf?
 - Wat heeft je geraakt of verrast over je collega?
5. Deel de inzichten met elkaar in de groep: '10 tot '30 min.
 - Wat is voor iedereen belangrijk als collega's?
 - Welke spelregel(s) of gedrag gaat jullie als team helpen om het werk leuk en effectief te laten zijn?
6. Afsluiting (5-10 min)
Sluit af met een korte reflectie. Kies een of meerdere van de volgende woorden en licht kort toe: *verrast, tevreden, ontevreden, ontdekt, geleerd.*

OEFENING: VRAGENBAK

Door elkaar vragen te stellen kom je veel te weten. Vaak vergeten we die vragen te stellen of komt het er gewoon niet van. Door met de vragenbak te werken kun je op een leuke manier meer te weten komen van je collega's.

Doel van de oefening:

Meer te weten komen van elkaar door middel van vragen

Tijd: Zo lang als je ervoor wilt nemen.

Vorm: met de hele groep of in subgroepen.

Voorbereiding:

- Zorg dat je stroken papier hebt en pennen: wanneer je samen met de groep zelf de vragen wilt bedenken.

of

- Maak gebruik van de voorbeeldvragen in de bijlage hieronder en zet die zelf op stroken.

Aanpak:

1. Benoem een tijdbewaker: Zorg dat iemand de tijd bijhoudt.
2. Wanneer je zelf de vragen met elkaar wilt bedenken volg dan de volgende stappen:
 - Geef je iedereen een strook
 - Laat iedereen een vraag op papier zetten. Geef wat voorbeelden van vragen ter inspiratie. Zie voor voorbeelden de bijlage.
3. Doe alle vragen in een bak (uit stap 2 of de vragen die je hieronder uitgekozen hebt).
4. Geef aan dat jullie ieder één voor één (tot de tijd op is) een vraag uit de bak halen. Je beantwoordt de vraag die je eruit gehaald hebt zelf. Daarna vraag je één of meerdere teamleden om diezelfde vraag ook te beantwoorden.
5. Ga door tot de tijd om is of de vragen op zijn.
6. Afsluiting (5-10 min)
Sluit af met een korte reflectie. Kies een of meerdere de volgende woorden en licht kort toe: *verrast, tevreden, ontevreden, ontdekt, geleerd*.

Kies de vragen die je wilt gebruiken voor de vragenbak en vul eventueel aan:

- » Welk schilderij of beeldwerk spreekt je aan en waarom?
- » Wie is voor jou een belangrijke leermeester geweest? (buiten school)
- » Een team betekent voor mij...
- » Om goed te kunnen samenwerken heb ik van mijn collega's nodig dat zij...
- » Wat is het aardigste dat iemand ooit voor je gedaan heeft?
- » Op welke manier kan jij iemand zijn waar lastig mee samen te werken is?
- » Welk beroep wilde je als kind uitoefenen? En welke elementen uit dat beroep zie je in je huidige werk?
- » Wat maakt iemand een prettig persoon voor jou om mee samen te werken?
- » Op welke manier ben je nog steeds dezelfde persoon als in je jeugd?
- » Is er iets waar je spijt van hebt dat je niet gedaan hebt vanuit angst?
- » Conflicten zijn goed voor een team, eens of oneens?
- » Hoe ga jij om met feedback?
- » Ben je een goede luisteraar?
- » Wat denk je dat je collega's zeggen wanneer ze over je praten waar je niet bij bent?
- » Wie is je grootste fan?
- » Waar voel je je het meeste thuis?
- » Wanneer voel je je wel eens alleen?
- » Wanneer heb je voor het laatst hard gelachen?
- » Welke rol heb jij meestal in een groep?
- » Het zou ideaal zijn als mijn collega's meer op mij zouden lijken, eens of oneens?
- » Welk carrièreadvies zou je je 16-jarige zelf geven?
- » Wanneer heb je je ongelukkig gevoeld in je werk?
- » Wanneer heb je je gelukkig gevoeld in je werk?
- » Als je op geen enkele manier bang zou zijn om te falen, wat zou je dan uitproberen?
- » Op zondagavond voel ik mij...
- » Van wat voor context/ situaties krijg je energie?
- » In een team/samenwerking, wat moet de ander echt van jou weten?
- » Het talent dat ik graag zou willen hebben is...
- » Als ik meer zelfvertrouwen had zou ik...
- » Wanneer mensen iets van mij zouden kunnen leren dat niet logischerwijs uit mijn huidige werk blijkt, dan is dat...
- » Geeft het meer voldoening om een team te leiden of om onderdeel van een team te zijn?
- » Welke van je talenten zie je al terug bij jezelf als kind?
- » Waar was je voorheen van overtuigd, maar zie je nu anders?

OEFENING: WAT VERBINDT ONS?

Deze oefening helpt bij de verbinding als team. Je verkent dat wat vaak onuitgesproken en impliciet is. Door dit expliciet te maken, verrijk je de samenwerking en voorkom je mogelijke miscommunicatie op langere termijn.

Doel van de oefening:

Teamleden ontdekken wat hen als team verbindt en waar ze afhankelijk zijn van elkaar.

Benodigheden

Een set associatiekaarten (met beelden, woorden of symbolen)
Flip-over of whiteboard

Tijdsduur

30-45 minuten

Vorm: Hele groep. Als de groep groot is kun je in stap 3 en eerst in subgroepen werken en daarna plenair terugkoppelen.

Aanpak:

1. Tijdbewaker: Zorg dat iemand de tijd bijhoudt.
2. Introductie (5 min): Leg uit dat het doel is om te ontdekken wat het team verbindt en waar samenwerking essentieel is.
3. Selectie (10 min)
 - o Leg de associatiekaarten open op tafel.
 - o Laat teamleden uit de associatiekaarten twee kiezen:
 - Eén die symbool staat voor ons als team verbindt
 - Eén die symbool staat hoe wij als team afhankelijk zijn van elkaar/hoe wij elkaar nodig hebben als team.
 -
4. Delen en Discussie (15 min)
 - o Laat elk teamlid kort toelichten waarom ze hun kaarten hebben gekozen.
 - o Noteer kernwoorden of thema's op een flip-over/whiteboard.
5. Reflectie en Samenvatting (10-30 min)
 - o Bespreek de overeenkomsten en verschillen.
 - o Vraag:
 - "Welke verbindingen versterken ons?"
 - "Hoe kunnen we beter inspelen op de onderlinge afhankelijkheden?"
 - o Sluit af met één actiepoint dat het team kan oppakken om de samenwerking te versterken.

Optioneel: Maak de verbindingen visueel (30 min)

- Teken een groot netwerk op een flip-over of tafelblad, met het team centraal.

- Noteer de belangrijkste verbindende thema's en afhankelijkheden op post-its plaats die rondom het team. Gebruik lijnen om verbindingen te tekenen tussen de thema's en teamleden.
- Bespreek gezamenlijk:
 - Welke thema's komen het meeste terug?
 - Welke afhankelijkheden zijn kwetsbaar en welke krachtig?
 - Welke verbindingen willen we versterken en welke zijn al sterk?

OEFENING: WELKE EIGENSCHAPPEN HEB JIJ?

Dit is een kennismakingsoefening met een grappige twist.

Doel van de oefening:

Het gesprek aan gaan over elkaars eigenschappen en kenmerken

Benodigheden

- Mobiele telefoon

Tijdsduur

45-60 minuten

Aanpak:

1. "De 'test' die jullie gaan doen is vooral een luchtig hulpmiddel. Het geeft geen absolute waarheden en is geen valide manier om persoonlijkheid in categorieën te plaatsen. Bekijk de uitkomst daarom met een knipoog en een glimlach."
2. Doe de test (10 min)
 - <https://beam.eo.nl/artikel/test-welk-dier-zit-er-in-jou> (credit: de is test gemaakt door de mensen van het jongerenplatform van de EO).
 - Leg je telefoon neer als je klaar bent, hou je uitkomst nog even voor je.
3. Plenaire bespreking per persoon: 35-45 min
 - Bespreek per persoon, welk dier er uit jouw "test" komt:
 - Wat klopt hieraan? Wat verrast je?
 - Wat mist er?
 - Wat is jouw kracht? En wat is je valkuil?
 - Wat maakt een samenwerking voor jou prettig en goed?
4. Reflectie op het gesprek. 5 min

OEFENING: TWEE WAARHEDEN & ÉÉN LEUGEN

Een luchtige kennismakingsoefening

Doel

Op een luchtige manier elkaar beter leren kennen en verrassende kanten van collega's ontdekken.

Tijd

Ongeveer 20–30 minuten.

Groepsgrootte

Werkt het beste in kleine groepjes van 3 tot 5 personen.

Werkwijze

1. Iedere deelnemer bedenkt drie uitspraken over zichzelf. Twee daarvan zijn waar en één is een leugen. Probeer minimaal één uitspraak te kiezen die niet werk gerelateerd is.
2. Om de beurt leest iemand zijn of haar drie uitspraken voor. De andere groepsleden overleggen kort en proberen te raden welke uitspraak niet klopt.
3. Nadat de groep een keuze heeft gemaakt, vertelt de spreker wat de leugen was. Neem daarna kort de tijd om door te vragen op één van de uitspraken. Juist daar ontstaan vaak de leukste gesprekken.
4. Daarna is de volgende persoon aan de beurt, totdat iedereen geweest is.

Tips voor een goed gesprek

- Kies uitspraken die een beetje verrassend of persoonlijk zijn.
- Houd het luchtig en speels.
- Stel nieuwsgierige vragen als iets je opvalt.