

E De ijsberg

De onderstaande vragen kunnen je helpen om te achterhalen welke factoren je gedrag bepalen (of bepaald hebben) tijdens een bepaalde gebeurtenis of situatie.

Deze vragen zijn gebaseerd op het 'Ijsbergmodel' van McClelland, een model dat vaak gebruikt wordt om te reflecteren.



Het ijsbergmodel maakt zichtbaar dat het menselijk functioneren bestaat uit een waarneembaar deel ('boven de waterlijn') en een niet-waarneembaar deel ('onder de waterlijn'). Vooral de vragen onder de waterlijn helpen je zicht te krijgen op eerder onbewuste factoren die een rol spelen in je gedrag.



Vragen 'boven de waterlijn'

Kennis

Weet je wat je moet doen?

.....

Heb je genoeg informatie?

.....

Waar kun je eventueel meer kennis vandaan halen?

.....

Ervaring en vaardigheden

Heb je relevante ervaring?

.....

Wat kan je uit eerdere ervaringen gebruiken?

.....

Wat moet je ervoor kunnen? Welke vaardigheden moet je verwerven?

.....

Gedrag

Wat doe je? Wat heb je precies gedaan? Wat ga je precies doen? Gaat dat je lukken?

.....

Wat heb je hiermee bereikt? Was dit effectief?

.....

Zijn je handelingen effectief?

.....

Heb je de mogelijkheden om het uit te voeren?

.....

Hoe kom je over, hoe reageren mensen op jou?

.....



Vragen 'onder de waterlijn'

Overtuigingen

Wat is jouw mening over de situatie? Wat denk jij? Wat maakt dat je zo denkt?

.....

Levert het je iets op om zo te denken?

.....

Wat maakt dat je die overtuiging niet los wil laten?

.....

Kan je er anders naar kijken? Wat zou dat je opleveren?

.....

Normen en waarden

Vind je het gepast wat er is gebeurd?

.....

Past dit bij jouw rol? Welke rol vind jij dat je moet spelen?

.....

Wat vind jij erg belangrijk in de samenwerking met elkaar?

.....

Wanneer ben je teleurgesteld?

.....

Hoe wil jij zelf behandeld worden?

.....

Waarover kun jij je heel erg kwaad maken?

.....

Wat blokkeert je?

.....

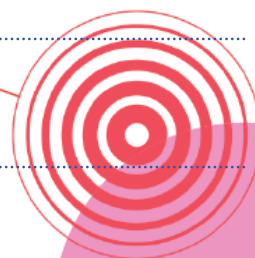
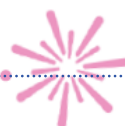
Wat vind je belangrijk?

.....

Wat maakt dat je zo (kwaad/teleurgesteld/...) bent?

.....

.....



Zelfbeeld

Wat maakt dat je die overtuiging niet los wil laten?

.....

Kan je er anders naar kijken? Wat zou dat je opleveren?

.....

Normen en waarden

Past het gedrag bij jezelf?

.....

Hoe denk je over jezelf en wat denk je dat anderen over jou denken?

.....

Welke mening heb je over jezelf?

.....

Eigenschappen

Is dit een patroon bij jou?

.....

Is dit een automatische reactie?

.....

Wat zijn je gebreken?

.....

Wat zijn je kwaliteiten?

.....

Waar ben je bang voor?

.....



Motieven en drijfveren

Waar haal je energie uit? Waar geniet je van?

.....

Wat wil je echt?

.....

Wat drijft jou? Waar ga je voor?

.....

Wat motiveert jou?

.....

Wat vind je belangrijk in je werk, in je leven?

.....

Waar zie je jezelf over vijf of tien jaar?

.....

Wat geeft je plezier en voldoening in je werk?

.....

Achtergrondinformatie bij het ijsbergmodel van McClelland

In het ijsbergmodel van McClelland worden mensen vergeleken met een ijsberg. Het zichtbare gedrag bevindt zich in het topje van de berg, boven de waterlijn. Het grootste gedeelte is echter onzichtbaar, onder de waterlijn. De componenten onder de waterlijn, zoals overtuigingen en normen en waarden, hebben direct invloed op het gedrag van de mens. Om te komen tot reflectie over waarneembaar gedrag of om veranderingen in dit gedrag te krijgen, is het van belang om aandacht te hebben voor de items ónder de waterlijn. Dit is het gebied van het onuitgesprokene, het onzichtbare en het onbewuste.

BRON: www.karindeknegt.nl

(Reflecteren aan de hand van het ijsbergmodel)

