



Online

ogy-
-ne.com

Kwaliteiten in het Onderwijs

© www.mindfulness-extended.com

Vragen om kwaliteiten te identificeren

Type	Informatie
Kernwoorden	kwaliteiten, open vragen
Doel	Inzicht krijgen in de kwaliteiten van de client

- Beschrijving**
- Wanneer was jij op je best in je leven? De duur van de gelegenheid kan variëren van een minuut tot een jaar. Vraag je cliënt om over de ervaring te praten, en deze zo levendig mogelijk weer te herleven tijdens het gesprek. Het gaat hier met name om wanneer de cliënt zich op zijn best voelde, niet in eerste instantie op zijn best presteerde, hoewel dit wel in de praktijk vaak samen gaat.
 - Wat herinner je dat je als kind deed en nog steeds doet, maar mogelijk veel beter?
 - Welke activiteiten geven je energie in het leven?
 - Wanneer voel je je het meest als je “echte” jij?
 - Bij welke activiteiten lever je een goede prestatie en gaat je makkelijk af?
 - Welke dingen leer je heel snel, zonder veel inspanning?
 - Welke dingen zijn het eerst van je to-do-list af?
 - Waar verheug je je op in de toekomst?
 - Waar ben je het meest trots op?
 - Wat zou je beste vriend(in) zeggen als iemand hem of haar zou vragen wat jouw grootste kwaliteit is?
 - Verborgene kwaliteiten komen vaak in crisissituaties plotseling naar voren. Denk eens terug aan een crisismoment. Wat gebeurde er? Hoe redde jij je uit deze situatie? Welke acties ondernam je? Bedenk welke kwaliteiten er in je naar boven kwamen.
 - Waar schepten je ouders of grootouders vroeger over op als ze het over jou hadden?