

# Tipkaart voor praktijkbegeleiders

## Vakmanschap en welzijn - Ontwikkelplan

Doel: Jonge medewerkers beter begeleiden op de leerwerkplek door hun welzijn de juiste aandacht te geven en de relatie tussen vakmanschap en welzijn helder uit te leggen.

### Fysiek en mentaal gezond: praat over goed voor jezelf zorgen in relatie tot het beroep

Goed voor jezelf zorgen is belangrijk om het beroep, nu en later, goed te kunnen uitoefenen. Dus maak dit onderwerp van gesprek met je student.

**Jij maakt het verschil!** Door te praten over wat er zich onder de ijsberg afspeelt, maak jij positieve groei- en ontwikkeling mogelijk.

### Voorbeeld ontwikkelstappen en afspraken (samen vastleggen)

Wat wil de student ontwikkelen? (Wat is het doel)	
Waar gaat de student de komende periode op letten? (Energie, grenzen, communicatie, werkvaardigheden)	
Welke concrete stap(pen) gaat de student zetten? (Aanpak) En waarom? (Motivatie, drijfveren)	
Wat heeft de student van mij nodig? (Hulpmiddelen)	
Wat is vandaag al mogelijk?	
Wat spreken we af?	Startdatum: Evaluatiemoment:
Hoe weten we dat dit helpt? (Signaaltje/gedrag/gevoel/resultaat) Wanneer is de student tevreden?	

### Tip voor jou als praktijkbegeleider:

Leg afspraken altijd vast in woorden van de student. Dit vergroot eigenaarschap en verantwoordelijkheid voor de loopbaanontwikkeling van de student.

### Tot slot: Klein gedrag, groot effect

Elke kleine keuze in beter voor zichzelf zorgen en hulp vragen, helpt jongeren met plezier verder ontwikkelen en groeien op de leerwerkplek. Denk groot, begin klein!