

Tipkaart voor praktijkbegeleiders

Van Haai naar Dolfijn - In gesprek blijven met Jong Talent

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.

In gesprek blijven met jongeren over vakmanschap en welzijn

★ Praktijkkoppeling tussen vakmanschap en welzijn

- Goede gesprekken verminderen mentale belasting
- Veiligheid vergroot leerbereidheid
- Eigenaarschap groeit door vertrouwen
- Welzijn = randvoorwaarde voor vakmanschap gedurende de loopbaan.

🔑 Onthoud

Niet het gedrag, maar het gedrag bespreekbaar maken maakt het verschil.

Waarom 'dolfijn-communicatie' bij jongeren werkt

🗨️👥 Van haai naar dolfijn communicatie van Oude Vrielink Gezondheidsmanagement

Haai-communicatie

- Oordelen
- Oplossen vóór de ander
- Corrigeren op gedrag
- Focus op 'wat fout gaat'

Dolfijn-communicatie

- Verbinding maken
 - Emoties herkennen en erkennen
 - Duidelijk én respectvol
 - Samen naar een oplossing.
- 👉 *Dolfijn-communicatie vergroot veiligheid, motivatie en eigenaarschap.*

🎯 Waarom dit cruciaal is bij jong talent

- Hulp vragen voelt spannend
 - Angst voor falen of oordeel
 - Extra gevoelig voor toon en houding
 - Welzijn zit vaak onder de 'ijsberg'
- ➔ Hoe jij het gesprek voert, bepaalt of de jongere zich opent.

📦 De onderwerpen onder de ijsberg zijn cruciaal voor voeren van het goede gesprek

- Gedrag = wat je ziet
- Emoties, overtuigingen, waarden = wat je moet benoemen
- Dolfijn-communicatie helpt om:
 - Stress en overbelasting bespreekbaar te maken
 - Welzijn te koppelen aan vakmanschap
 - Van begeleiden → coachen te gaan

De 5 stappen van Dolfijn-communicatie

<p> Stap 1 – Sluit aan bij de ander Erken emoties, ervaringen en gedrag  Doel: veiligheid en verbinding</p>	<p>Voorbeelden:</p> <ul style="list-style-type: none">• “Ik zie dat dit je raakt, klopt dat?”• “Je klinkt teleurgesteld, wil je delen wat er speelt?”
<p> Stap 2 – Benoem wat het met j�ou doet Blijf bij jezelf, geen oordeel  Doel: eerlijk en gelijkwaardig gesprek</p>	<p>Voorbeelden:</p> <ul style="list-style-type: none">• “Ik merk dat dit mij raakt, omdat...”• “Deze situatie doet iets met mijn werkplezier, omdat...”
<p> Stap 3 – Geef aan wat jij wilt en nodig hebt Duidelijk, zonder te domineren  Doel: helderheid en grenzen</p>	<p>Voorbeelden:</p> <ul style="list-style-type: none">• “Ik zou het fijn vinden als..., omdat...”• “Voor mij is het belangrijk dat..., omdat...”
<p> Stap 4 – Vraag wat de ander nodig heeft Activeer eigenaarschap  Doel: van oplossen → samen leren</p>	<p>Voorbeelden:</p> <ul style="list-style-type: none">• “Wat heb jij nodig om dit anders aan te pakken?”• “Hoe zie jij zelf een oplossing?”
<p> Stap 5 – Sluit positief af Oprecht en verbindend  Doel: relatie versterken, motivatie vergroten</p>	<p>Voorbeelden:</p> <ul style="list-style-type: none">• “Dank je voor je openheid.”• “Dit gesprek geeft mij vertrouwen.”