



**In je kracht**

**Gids voor vrijwilligers**



**Taal voor  
het Leven**

# Inhoud

|                                                           |           |
|-----------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Inleiding</b>                                          | <b>6</b>  |
| <b>Gespreksvaardigheden en houding</b>                    | <b>10</b> |
| <b>Les 1 Groeien &amp; Mijn rollen</b>                    | <b>14</b> |
| <b>Les 2 Mijn dromen &amp; Mijn toekomst</b>              | <b>20</b> |
| <b>Les 3 Dit vind ik belangrijk in mijn leven</b>         | <b>24</b> |
| <b>Les 4 Werk &amp; Leren</b>                             | <b>28</b> |
| <b>Les 5 Wat wil ik &amp; Wat kan ik?</b>                 | <b>32</b> |
| <b>Les 6 Wat doe ik graag &amp; Wat kan ik?</b>           | <b>36</b> |
| <b>Les 7 Welk werk past bij mij?</b>                      | <b>40</b> |
| <b>Les 8 Verder leren &amp; Mijn netwerk</b>              | <b>44</b> |
| <b>Les 9 Hoe ga ik verder?</b>                            | <b>48</b> |
| <b>Bijlage: Uitleg bij werkbladen en opdrachten</b>       | <b>54</b> |
| Uitleg bij opdracht Inspiratiefilmpjes                    | 55        |
| Uitleg bij werkblad Wat heb ik nodig om te groeien?       | 57        |
| Uitleg bij werkblad Rollen                                | 59        |
| Uitleg bij werkblad Afspraken                             | 63        |
| Uitleg bij werkblad Mijn toekomst                         | 64        |
| Uitleg bij werkblad Wat vind ik belangrijk in mijn leven? | 67        |
| Uitleg bij werkblad Waarom wil ik vrijwilligerswerk doen? | 70        |
| Uitleg bij werkblad Waarom wil ik werken?                 | 73        |
| Uitleg bij werkblad Waarom wil ik leren?                  | 75        |
| Uitleg bij werkblad Wat wil ik doen?                      | 77        |
| Uitleg bij werkblad Mijn sterke punten                    | 81        |
| Uitleg bij werkblad Vaardigheden                          | 84        |
| Uitleg bij werkblad Wat doe ik graag?                     | 87        |
| Uitleg bij werkblad Ervaring                              | 89        |
| Uitleg bij werkblad Wat vind ik belangrijk als ik werk?   | 91        |

|                                                     |     |
|-----------------------------------------------------|-----|
| Uitleg bij werkblad Beroepen                        | 93  |
| Uitleg bij werkblad Informatie vinden over beroepen | 96  |
| Uitleg bij werkblad Wat wil ik nog meer leren?      | 99  |
| Uitleg bij werkblad Mijn netwerk                    | 104 |

# Les 1 Groeien & Mijn rollen

## Wat heb je nodig voor deze les?

- een bord of flip-over + stiften
- het In je kracht-kaartspel
- een computer/laptop/smartphone en wifi om de filmpjes te kunnen afspelen
- werkbladen met uitleg:
  - Inspiratiefilmpjes (opdracht zonder werkblad)
  - Wat heb ik nodig om te groeien?
  - Rollen
  - Afspraken
  - Mijn toekomst (vooruitblik op les 2)

## Wat heeft de deelnemer nodig?

- werkblad Wat heb ik nodig om te groeien?
- werkblad Rollen
- werkblad Afspraken
- werkblad Mijn toekomst (vooruitblik op les 2)
- woordenlijst bij les 1

## Vorbereiding

- Neem de instructies van het kennismakingsspel door.
- Bekijk de filmpjes van Warda, Trudi, Marco en Arezo op het YouTube-kanaal van Stichting Lezen & Schrijven.
- Lees de uitleg bij de werkbladen.

Let op: voor het eerste onderdeel is meer tijd uitgetrokken, zodat je extra tijd hebt om op te starten. Bij een eerste les blijkt dit vaak nodig. Deelnemers kunnen bijvoorbeeld het lokaal niet vinden.

## Draaiboek les 1

| Tijd (min.) | Onderdeel (thema/centrale vraag)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Gebruik hierbij |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| 5-10        | <p><b>Welkom, voorstellen en korte introductie van doel en inhoud van de negen lessen</b></p> <p>Geef elke deelnemer een hand bij binnenkomst en stel je voor met je naam. Heet de deelnemer welkom. Vraag de deelnemer om de eigen naam op een naambordje te schrijven.</p> <p>Als iedereen binnen is, ga je verder met de centrale ontvangst:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Heet de deelnemers welkom.</li> <li>• Stel jezelf kort voor.</li> <li>• Geef een korte introductie over de inhoud en het doel van de cursus<sup>2</sup>:</li> </ul> <p><i>We komen negen weken bij elkaar. We denken dan met elkaar na over jouw toekomst. We onderzoeken wat jij leuk vindt om te doen en wat bij jou past. We bekijken wat jij daarvoor nog nodig hebt. Je denkt dus ook na over wat je na deze cursus kunt doen.</i></p> <p><i>In deze cursus onderzoek je de volgende vragen:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie ben ik?</li> <li>• Wat kan ik?</li> <li>• Wat wil ik?</li> <li>• Wat vind ik belangrijk?</li> <li>• Wat vind ik leuk?</li> <li>• Wat wil ik nog leren?</li> <li>• Wie kan mij daarbij helpen?</li> </ul> <p><i>Misschien kom je erachter dat je nog iets nodig hebt. Bijvoorbeeld dat je eerst taallessen moet volgen. Of dat je een computercursus moet volgen.</i></p> <p><i>Ook bekijken we wie jou kan helpen als je een opleiding, vrijwilligerswerk of betaald werk wilt doen.</i></p> <p>Gebruik je eigen woorden om de strekking van deze informatie weer te geven.</p> |                 |

<sup>2</sup> Het is belangrijk dat de contactpersoon van de organisatie dit vooraf al heeft besproken met de deelnemers. Als begeleider herhaal je dit aan het begin van de lessen.