

**Bijlage I**  
**Beschrijving van de stappen**

Titel activiteit	Activiteiten om het ijs te breken
Onderwerp	Activiteiten om het ijs te breken in detail
Doel	Het doel van deze ijsbrekende activiteiten is om een positieve en inclusieve sfeer onder de deelnemers te bevorderen, interactie en betrokkenheid aan te moedigen, een goede verstandhouding op te bouwen en de vorming van connecties en relaties binnen de groep te vergemakkelijken. Ze helpen barrières te slechten, creëren een gevoel van kameraadschap en creëren een ondersteunende omgeving die bevorderlijk is voor leren en samenwerken.
Doelgroep	De doelgroep voor deze ijsbrekende activiteiten zijn trainers, mentoren en jongerenwerkers die deelnemen aan het trainingsprogramma. Het doel van deze activiteiten is om netwerken te faciliteren, het delen van ervaringen en uitdagingen aan te moedigen en teambuilding onder de deelnemers te bevorderen.
Duur	30 minuten - 1 uur (afhankelijk van het aantal deelnemers)
Benodigde materialen	<b>Kruisgesprekken:</b> Pen en papier om aantekeningen te maken (optioneel). Timer of stopwatch om de interviewtijd bij te houden. <b>Empathiecirkel:</b> Open ruimte waar deelnemers een cirkel kunnen vormen. Stoelen zodat deelnemers comfortabel kunnen zitten. Optioneel: Flip-over en markeerstiften om belangrijke inzichten of overpeinzingen vast te leggen. <b>Carrousel jeugdzaken:</b> Flipchartvellen met daarop verschillende onderwerpen die met jongeren te maken hebben (bijv. geestelijke gezondheid, werkloosheid, toegang tot onderwijs).

	<p>Pennen of markers voor de deelnemers om hun gedachten of ervaringen op de flip-overvellen te schrijven.</p> <p>Ruimte om de flip-overvellen in de zaal op te hangen.</p> <p><b>Sterke punten en superkrachten:</b></p> <p>Pen en papier om je sterke punten en superkrachten op te schrijven.</p> <p>Optioneel: Kostuums of rekwisieten om de visualisatie van het superheld alter ego te verbeteren (bijv. capes, maskers).</p> <p>Optioneel: Flip-over en markeerstiften voor de deelnemers om hun superhelden alter ego's met de groep te delen.</p>
<p>Stappen voor implementatie</p>	<p><b>Kruisgesprekken:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Vorbereiding:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Deelnemers willekeurig koppelen.</li> <li>• Zorg ervoor dat elk tweetal een rustige ruimte heeft om interviews af te nemen.</li> <li>• Stel een timer of stopwatch in.</li> </ul> </li> <li>2. <b>Implementatie:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leg het doel van de activiteit uit: elkaar beter leren kennen.</li> <li>• Geef richtlijnen: Elke deelnemer heeft een vaste tijd om zijn partner te interviewen en wisselt dan van rol.</li> <li>• Bepaal een tijdslimiet voor elke interviewronde (bijvoorbeeld 5 minuten per persoon).</li> <li>• Start de timer en geef de deelnemers de opdracht om met de interviews te beginnen.</li> <li>• Moedig tijdens de interviews open vragen aan over achtergronden, interesses, ervaringen en ambities.</li> <li>• Laat de deelnemers na de tijd van rol wisselen.</li> <li>• Herhaal dit proces tot elke deelnemer de kans heeft gehad om geïnterviewd te worden.</li> </ul> </li> <li>3. <b>Reflectie:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Breng de groep weer bij elkaar.</li> <li>• Faciliteer een korte reflectiesessie waarin deelnemers interessante inzichten of overeenkomsten delen die ze over hun partners hebben ontdekt.</li> </ul> </li> </ol> <p><b>Empathiecirkel:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Vorbereiding:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Plaats stoelen in een cirkel om het delen te vergemakkelijken.</li> <li>• Zorg voor een rustige en comfortabele omgeving.</li> </ul> </li> <li>2. <b>Implementatie:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leg het doel van de activiteit uit: empathie, actief luisteren en vertrouwen bevorderen.</li> </ul> </li> </ol>

- Stel richtlijnen op: Deelnemers delen om de beurt een persoonlijke ervaring of uitdaging terwijl anderen aandachtig luisteren zonder te onderbreken.
- Nodig de eerste deelnemer uit om te delen en herinner de anderen eraan om aandachtig te luisteren.
- Laat elke deelnemer op zijn beurt aan het woord, zodat iedereen evenveel kans krijgt.
- Moedig empathie en begrip aan door onderbrekingen of oordelen te ontmoedigen.

### 3. **Discussie:**

- Faciliteer een korte groepsdiscussie nadat iedereen heeft gedeeld, met de nadruk op gemeenschappelijke thema's of gevoelens die naar voren zijn gekomen.

## **Carrousel jeugdzaken:**

### 1. **Vorbereiding:**

- Hang flip-overvellen in de zaal, elk gelabeld met een ander jeugdgerelateerd onderwerp.
- Zorg voor pennen of stiften voor de deelnemers.

### 2. **Implementatie:**

- Leg het doel van de activiteit uit: een discussie op gang brengen over de belangrijkste uitdagingen voor jongeren.
- Geef de deelnemers de opdracht om de zaal rond te gaan en een paar minuten bij elk flip-overvel te blijven.
- Moedig de deelnemers aan om hun gedachten, zorgen of persoonlijke ervaringen met betrekking tot elk onderwerp toe te voegen.
- Benadruk hoe belangrijk het is om te lezen wat anderen hebben geschreven en te reageren als ze soortgelijke ervaringen of perspectieven hebben.

### 3. **Discussie:**

- Een groepsdiscussie faciliteren om de belangrijkste uitdagingen voor jongeren te verkennen en mogelijke actie- of ondersteuningsgebieden te identificeren op basis van de bijdragen tijdens de activiteit.

## **Sterke punten en superkrachten:**

### 1. **Vorbereiding:**

- Deelnemers willekeurig koppelen.
- Geef elk tweetal pen en papier.

### 2. **Implementatie:**

- Leg het doel van de activiteit uit: elkaars sterke punten herkennen en waarderen.
- Geef de deelnemers de opdracht om de beurt hun sterke punten en unieke kwaliteiten te delen terwijl hun partner aandachtig luistert.

- Moedig de deelnemers aan om zich voor te stellen dat ze een superheld alter ego hebben, gebaseerd op de sterke punten van hun partner.
- Laat deelnemers hun superheld alter ego beschrijven, inclusief hun superkrachten en hoe ze die zouden gebruiken om jongeren in nood te ondersteunen.

### 3. Delen:

- Faciliteer een korte sessie waarin deelnemers hun superheld alter ego's met de groep kunnen delen en bespreken hoe hun sterke punten kunnen bijdragen aan het ondersteunen van jongeren.

## Online ijsbreker: Virtueel verhalen uitwisselen

### Vorbereiding:

- Zorg er vóór de sessie voor dat het videoconferentieplatform is ingesteld met breakout rooms ingeschakeld. Wijs deelnemers willekeurig aan deze breakout rooms toe om interactie tussen verschillende personen te vergemakkelijken.
- Geef de deelnemers van tevoren duidelijke instructies over de activiteit en wat ze kunnen verwachten.
- Zorg ervoor dat de deelnemers weten hoe ze de hulpmiddelen voor videoconferenties moeten gebruiken, zoals dempen/uitschakelen, de camera aan- en uitzetten en deelnemen aan breakoutrooms.
- Herinner de deelnemers eraan dat ze een rustige en comfortabele ruimte moeten zoeken voor de duur van de activiteit en dat hun microfoon en camera goed moeten werken.

### Implementatie:

- Begin de sessie met iedereen welkom te heten en introduceer de ijsbrekende activiteit: Virtuele verhalenruil.
- Leg het doel van de activiteit uit en benadruk dat het de bedoeling is om verbondenheid en begrip tussen de deelnemers te bevorderen door het delen van persoonlijke verhalen.
- Vertel de deelnemers dat ze om de beurt een kort, betekenisvol verhaal uit hun leven moeten vertellen.
- Moedig deelnemers aan om verhalen te delen over memorabele ervaringen, uitdagingen die ze hebben overwonnen, momenten van persoonlijke groei, herinneringen met NEET's, uitdagingen die ze hebben overwonnen door trainer te zijn of iets anders dat ze graag willen delen.
- Herinner de deelnemers eraan om actief en aandachtig naar elkaars verhalen te luisteren, zonder elkaar te onderbreken of te beoordelen.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stel een tijdslimiet in voor elke ronde waarin je verhalen deelt, bijvoorbeeld 3-5 minuten per persoon, afhankelijk van de grootte van de groep.</li> <li>• De breakoutrooms in de gaten houden om ervoor te zorgen dat de activiteit vlot verloopt en dat alle deelnemers de kans krijgen om te delen en te luisteren.</li> </ul> <p>Reflectie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Breng de groep na de tijd die is uitgetrokken voor het delen van verhalen weer samen in de grote videoconferentieruimte.</li> <li>• Faciliteer een korte reflectiesessie waarin deelnemers inzichten of gemeenschappelijke thema's die ze hebben opgemerkt uit de gedeelde verhalen kunnen delen.</li> <li>• Geef aanwijzingen om de reflectie te begeleiden, bijvoorbeeld door de deelnemers te vragen om overeenkomsten, verbanden of momenten te identificeren die hen hebben geraakt.</li> <li>• Sluit de activiteit af met het benadrukken van het belang van empathie, begrip en verbondenheid bij het opbouwen van een ondersteunende gemeenschap en bedank de deelnemers voor hun deelname en openheid.</li> </ul>
Methode	<p>De methoden die voor deze ijsbrekende activiteiten worden gebruikt, richten zich voornamelijk op het stimuleren van interactie, communicatie, empathie en creativiteit onder de deelnemers. Hieronder zie je hoe elke activiteit aansluit bij de respectievelijke methode:</p> <p><b>1. Kruisgesprekken:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Methode:</b> Intervisie met collega's</li> <li>• <b>Beschrijving:</b> Deelnemers nemen deel aan één-op-één interviews, stellen om de beurt vragen en luisteren actief naar de antwoorden van hun partner. Deze methode stimuleert wederzijds leren, empathie en het opbouwen van relaties.</li> </ul> <p><b>2. Empathiekring:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Methode:</b> Reflectief luisteren</li> <li>• <b>Beschrijving:</b> Deelnemers vormen een cirkel en delen om de beurt persoonlijke ervaringen of uitdagingen terwijl anderen aandachtig luisteren zonder te onderbreken. Deze methode bevordert empathie, actief luisteren en vertrouwen tussen de deelnemers, waardoor een ondersteunende en begripvolle sfeer ontstaat.</li> </ul> <p><b>3. Carrousel jeugdzaken:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Methode:</b> Roterende discussie</li> <li>• <b>Beschrijving:</b> Deelnemers rouleren door de ruimte en voegen hun gedachten, zorgen of persoonlijke ervaringen toe met betrekking tot verschillende jeugdgerelateerde onderwerpen die op flip-overvellen staan. Deze methode moedigt reflectie aan, genereert discussie en geeft</li> </ul>

	<p>deelnemers de kans om hun visie op meerdere onderwerpen te geven.</p> <p><b>4. Sterke punten en superkrachten:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Methode:</b> Creatieve visualisatie</li><li>• <b>Beschrijving:</b> Deelnemers stellen zich samen en delen om de beurt hun sterke punten en unieke kwaliteiten, waarbij ze zich voorstellen dat ze een superheld alter ego hebben op basis van de sterke punten van hun partner. Deze methode stimuleert creativiteit, positieve zelfreflectie en erkenning van individuele sterke punten en bevordert een gevoel van empowerment en steun onder de deelnemers.</li></ul>
Links/ Referenties	

