BUDDY WEEKLY

Doel: Elkaar scherp houden, wekelijks stappen maken in je Persoonlijke Ontwikkel Thema, van en met elkaar leren.
Vorm: Kies een vast wekelijks moment (bijv. Maandagochtend) waarop je elkaar belt of live ontmoet voor 20 minuten (10 min p.p)

Gespreks tips

1. Focus op de ontwikkeling van jouw Persoonlijke Ontwikkel Thema en dat van jouw buddy.
2. Stel open vragen: (hoe, wat, wanneer) en controleer of je het goed begrepen hebt.
3. Focus op de persoon (taal, emotie, lichaam) en minder op het inhoudelijke verhaal.
4. Gebruik wat je terugkrijgt in het antwoord in je vervolgvraag.
5. Denk aan je houding (open, explorerend, empathisch).
6. Geef geen advies, laat je eigen oplossing los.

Mijn persoonlijke ontwikkel thema is:

Vorige week

Highlights	
Lowlights	
Insights	

Volgende week

Wat is komende week een belangrijk project om te werken aan je thema?	*Ik ga X (een actie oefening of gesprek) doen, zodat Y*