



QuestBoost® met je klas

Maskers

Interactief programma in de buitenlucht voor scholen, variërend van 2 uur tot een dag. Voor scholen die hun leerlingen/studenten willen inspireren over het thema maskers.

MyQuest versterkt persoonlijke ontwikkeling in het onderwijs



MYQUEST

Geef je school een boost

Welke maskers draag jij?

Ben jij jezelf? Kan dat? Durf je te zeggen wat je voelt? Volledig jezelf zijn is niet makkelijk en zeker niet op jonge leeftijd. Veel leerlingen hebben -net als volwassenen- de behoefte om erbij te horen. Hierdoor voelen ze de druk om zichzelf aan te passen. Ze vinden de mening van anderen vaak belangrijk. Hierom zetten ze bewust of onbewust een masker op. De functie van het masker is om ons te beschermen. Om er voor te zorgen dat we niet uit de groep vallen. In werkelijkheid laten we niet zien wie we werkelijk zijn en gaan we geen echte verbinding aan met anderen.

Leerlingen kunnen verschillende redenen hebben om een masker op te zetten. De één voelt zich onzeker en wil een zelfverzekerd beeld uitdragen. De ander is erg kritisch op zichzelf en wil graag een betere versie van zichzelf presenteren. We zetten allemaal wel eens een masker op en we zeggen niet overal wat we denken, maar als je te vaak maskers opzet, wijs je eigenlijk jezelf af. Je zegt dan tegen jezelf dat je niet goed genoeg bent zoals je bent. Dat heeft invloed op je eigenwaarde.

In de QuestBoost gaan we kijken naar wat leerlingen van zichzelf presenteren aan de buitenwereld en ook naar wat ze niet laten zien. We nemen leerlingen mee in waarom het zo belangrijk is om jezelf te kunnen zijn en om geaccepteerd te worden.

Veilige omgeving

Om onze maskers te onderzoeken is een veilige omgeving nodig. De QuestBoost biedt een veilige omgeving waarin we met leerlingen zonder te oordelen kunnen verkennen wat ze van zichzelf laten zien en wat niet.



QuestBoost Maskers

Waarvoor is het?

Scholen kiezen voor een QuestBoost Maskers om uiteenlopende redenen, bijvoorbeeld:

- zodat leerlingen zich bewust worden van de maskers die ze opzetten en het beeld dat ze uitdragen
- om leerlingen beter te laten begrijpen waarom het zo belangrijk is dat je jezelf kunt zijn
- voor meer onderling begrip voor elkaar en ieders unieke persoonlijkheid
- leerlingen de kans te bieden om hun authentieke zelf te verkennen in de klas
- meer openheid en verbinding in klassen

Een QuestBoost wordt op maat samengesteld en varieert van 2 uur, tot 4 uur, tot een gehele dag. Op basis van de behoeften van de school, maken we een selectie uit ons repertoire van bewezen oefeningen en technieken dat we sinds 2011 met succes toepassen.

Wat brengt het leerlingen?

- ze leren zichzelf beter begrijpen
- ze worden zich bewust van welke maskers ze opzetten en in welke situaties
- ze worden zich bewust waarom ze voelen dat ze bepaalde maskers op moeten zetten
- ze krijgen inzicht in waarom het belangrijk is om jezelf te zijn
- ze leren het belang van jezelf omringen met vrienden die je accepteren zoals je bent
- ze leren de waarde kennen van een veilige omgeving waarin je jezelf kan uiten
- mooie gesprekken en veel plezier!

“Als mentor heb je de rest van het jaar profijt van de QuestBoost.”

Docent Eric van Rossem





Hoe werkt het?

De QuestBoost is een gezellige, actieve dag of workshop, boordevol oefeningen die zo veel mogelijk in de buitenlucht plaatsvinden. Scholieren of studenten leren zichzelf en elkaar hierdoor beter kennen. Ze schrijven hun ervaringen op in een QuestBook dat ze na afloop houden. Gecertificeerde MyQuest coaches begeleiden hen met aandacht op een veilige en deskundige manier.

Begeleiding door coaches en docenten

De MyQuest coaches begeleiden het programma. De mentor loopt rond, sluit uit aan en signaleert. Dit levert een schat aan informatie op, die de rest van het jaar goed van pas komt. Door het vreemde-ogendwingen-principe en de aansprekende werkvormen is er aandacht.

De docent of mentor kan ook als begeleider meedoen. Dat bespaart kosten of geeft de mogelijkheid om in kleinere groepen te werken. Dat is effectiever. Met een lesbrieven en korte training bereiden we hen zorgvuldig voor.

Voor een QuestBoost van 4 uur ontvangen de docenten vooraf een lesbrieven en op de dag zelf een training van 2 uur. Bij een QuestBoost van een hele dag geven we een lesbrieven en een training van 2 tot 4 uur voorafgaand aan deze dag. In de opvolgende jaren volstaat de lesbrieven en een korte briefing van 30 minuten.

Groepsgrootte

We werken per klas of in kleinere groepen van 10 of 15 leerlingen. Kleinere groepen zijn effectiever. Door docenten actief in te zetten is het mogelijk om in kleinere groepen te werken. Daarnaast kunnen we voor een hele leerlaag of school starten met een pakkende interactieve presentatie in de aula.

Locatie

QuestBoosts organiseren we bij onderwijsinstellingen zelf en op accommodaties in natuurgebieden. Die liggen in Radio Kootwijk, Oisterwijk, Apeldoorn en Santpoort-Noord. Werken we vanuit school, dan maken we graag gebruik van een natuurgebied op fietsafstand, sportvelden en indien nodig de aula, gymnastieklokalen en klaslokalen.

Programma op maat



Omdat geen school en situatie hetzelfde is, onderzoeken we graag eerst met u de behoefte. Zo kiezen we samen voor een aanpak die aansluit bij wensen van zowel scholieren of studenten als school. We zorgen voor een programma dat raakt en verbindt.

Kosten

De kosten voor de QuestBoost variëren doorgaans van €10,- tot €20,- per deelnemer. Dit is exclusief eventuele locatiehuur en reprokosten.



Over MyQuest

Missie

MyQuest is een sociale onderneming die als missie heeft om persoonlijke ontwikkeling in het onderwijs te versterken.

Onderwijsinstellingen benutten onze grensverleggende programma's om invulling te geven aan thema's als loopbaanoriëntatie en -begeleiding (LOB), internationalisering, keuzedelen en talentontwikkeling voor scholieren, studenten en onderwijsprofessionals.

We gebruiken daarbij bewezen technieken die duurzame gedragsverandering en authentiek leiderschap in de hand werken, zoals ervaringsgericht leren, Theory U, Co-Active coaching en Motiverende Gespreksvoering.

Onze coaches

MyQuest is er met **30 ervaren coaches** voor het Nederlands onderwijs. Ze hebben bijzondere levenservaring en zijn opgeleid en gecertificeerd door de MyQuest Academy. Ze zijn authentiek en hebben specifieke specialisaties in talentontwikkeling, (sociaal)ondernemerschap, levensloop, studiekeuze, autisme, adhd, jongerenwerk en leiderschap. Zij inspireren deelnemers om vanuit talent en hart richting te geven aan hun leven en loopbaan.

Best practice

In 2014 is MyQuest voor haar werk in Nederland en Nepal gekozen tot inspirerend onderwijs-voorbeeld in Nederland. Dat gebeurde op het onderwijs symposium 'Education of the Heart', waar de Dalai Lama een vurig pleidooi hield om in het onderwijs het hoofd meer te verbinden met het hart en handen.



Interesse?

Wilt u ook op een inspirerende, praktische en effectieve manier werken aan onderwijsvernieuwing? Vraag een gesprek aan met één van onze coaches. We komen graag naar u toe.

Mail dan naar:
info@myquest.academy of bel ons op nummer 030-207 207 4.

Deelnemende scholen

Voorbeelden van organisaties waarmee MyQuest succesvol heeft samengewerkt:
ROC Aventus, ROC Mondriaan, ROC Horizon College, Scalda, Deltion College, Avans Hogeschool, HvA, Saxion Hogeschool, Universiteit Utrecht, Breekjaar, Montessori College Arnhem, Quadraam, Linge College, Montessori College Agora Nijmegen en Groesbeek en het Titus Brandsma Lyceum.

Voorbeeld

Een middelbare school wil een activiteit rond het thema: identiteit. Ze kiezen voor een QuestBoost voor 240 leerlingen van de 2^e klas. Acht mentoren doen mee om hun leerlingen beter te leren kennen. MyQuest zet twee coaches in. Die trainen de mentoren een dag ervoor twee uur. Om 8 uur richten coaches en docenten de lokalen in. Om 8.30 is de laatste briefing. Om 9 uur start de QuestBoost. Om 14.30 uur gaan de leerlingen naar huis. Ze kennen zichzelf en elkaar beter. De school betaalt het programma uit de ouderbijdrage. Totale kosten: €7,50 p.p.

QuestTreds®

Leiderschap

Coaching

Teamcoaching

Workshops

Trainingen

WWW.MYQUEST.ACADEMY

Grebbenberglaan 15
Postbus 2036 · 3500 GA Utrecht
030-207 207 4 · info@myquest.academy

