



Kerntaak: Treedt effectief op in complexe situaties Werkprocessen: n.v.t.

Vakkennis:

1. Bezit kennis van fysieke proces van spanning en stressopbouw.
2. Bezit kennis van verschillende soorten ruis in communicatie.
3. Bezit kennis van factoren die van invloed zijn op mentale spanning.
4. Bezit kennis van aandachtvergrotenende en aandachtverkleinende factoren.
5. Bezit kennis van gedachten en emotie sturende factoren.
6. Bezit kennis van stresskenmerken die moment afhankelijk zijn (ervoor, tijdens, erna (kort of lang)).
7. Bezit kennis van aandachtspunten horende bij spanning regulerende technieken.
8. Bezit kennis van het doel-aanpak analyse model voor het hanteren van spanning.
9. Bezit kennis van het plan van aanpakmodel voor het hanteren van spanning.
10. Bezit kennis van het 4 stappen leerprocesmodel.

Exameneisen Basiskennis Weerbaarheid

In de tabel met exameneisen zijn de taxonomiecodes van Romiszowski F (feitelijke kennis) en B (begripsmatige kennis: de kandidaat wordt ook op inzicht bevestigd) toegevoegd.

| Code | Kerntaak | Exameneis | Taxonomie |
|---------------------------------------|-------------|---|-----------|
| Weerbaarheid | | | |
| 1.01 | 3,4,5,6,7,9 | Benoemt het begrip persoonlijke weerbaarheid. | F |
| 1.02 | 3,5 | Benoemt en onderscheidt de begrippen mentaal, fysiek en moreel. | F/B |
| 1.03 | 1,7,9 | Benoemt en onderscheidt de fasen van weerbaar zijn. | F/B |
| 1.04 | 1,6,7 | Benoemt en onderscheidt de confrontatieregels. | F/B |
| 1.05 | 1,5,7,9 | Benoemt het begrip professionele weerbaarheid. | F |
| Zelfkennis | | | |
| 1.06 | 10 | Beschrijft hoe gedrag kan worden veranderd. | F |
| 1.07 | 10 | Beschrijft hoe het beste geleerd kan worden. | F |
| 1.08 | 3,5 | Benoemt het begrip assertiviteit. | F |
| 1.09 | 3,4,5 | Benoemt en onderscheidt de begrippen veerkracht, zelfvertrouwen, zelfbeeld. | F/B |
| Communicatieve vaardigheden | | | |
| 1.10 | 2,3,5,7 | Benoemt en onderscheidt de begrippen communicatie, onderdelen van communicatie, communicatieniveaus, ruis. | F/B |
| 1.11 | 2,7 | Benoemt en onderscheidt de begrippen luisteren, samenvatten, doorvragen. | F/B |
| 1.12 | 2,5,7 | Beschrijft hoe een slechtnieuwsgesprek gevoerd moet worden. | F |
| 1.13 | 1,3,4,7 | Beschrijft hoe omgegaan moet worden met agressie en ongewenst gedrag. | F |
| 1.14 | 2,7 | Benoemt het begrip meeveren. | F |
| 1.15 | 1,2,3,5 | Benoemt het belang van grenzen aangeven. | F |
| Stress en mentale vaardigheden | | | |
| 1.16 | 1,3,5,6,7 | Benoemt het begrip stress. | F |
| 1.17 | 3,5,6 | Benoemt en onderscheidt het drievoudige brein. | F/B |
| 1.18 | 3,5,6 | Benoemt en onderscheidt de begrippen gas geven en remmen, het juiste spanningsniveau, de balans tussen inspanning en ontspanning. | F/B |
| 1.19 | 7,8 | Benoemt het begrip doelen stellen. | F |
| 1.20 | 4,9 | Benoemt het begrip visualiseren. | F |
| 1.21 | 1,7,9 | Benoemt het begrip bewust ademen. | F |
| 1.22 | 3,4,5 | Benoemt en onderscheidt de begrippen aandacht en concentratie, gedachtencontrole. | F/B |
| 1.23 | 9 | Benoemt en onderscheidt de aandachtspunten van het plan van aanpak bij professioneel optreden. | F/B |
| 1.24 | 8 | Benoemt het begrip reflecteren. | F |

| Fysieke weerbaarheid | | | |
|-----------------------------|---|--|-----|
| 1.25 | 1 | Benoemt het begrip fysieke vaardigheden. | F |
| 1.26 | 1 | Benoemt het stappenplan fysiek aanhouden en onderscheidt de stappen. | F/B |
| 1.27 | 1 | Benoemt het begrip vitaliteit. | F |
| Morele weerbaarheid | | | |
| 1.28 | 5 | Benoemt het begrip morele weerbaarheid. | F |
| 1.29 | 5 | Benoemt en onderscheidt de begrippen waarden en normen, normbeseft en collega's, waarden en normen in een groep, botsende waarden en verschillende normen. | F/B |
| 1.30 | 5 | Benoemt en onderscheidt de begrippen beroepsmotivatie, de gedragscode van een organisatie. | F/B |

Toetsmatrijs Keuzedeel Basiskennis Weerbaarheid

| Onderwerp | Aantal vragen | Aantal punten | Taxonomie |
|--------------------------------|---------------|---------------|-----------|
| Weerbaarheid | 5 | 5 | F/B |
| Zelfkennis | 4 | 4 | F/B |
| Communicatieve vaardigheden | 6 | 6 | F/B |
| Stress en mentale vaardigheden | 9 | 9 | F/B |
| Fysieke weerbaarheid | 3 | 3 | F/B |
| Morele weerbaarheid | 3 | 3 | F/B |
| Totaal aantal vragen | 30 | 30 | |

De cesuur ligt voor het keuzedeel op 60%, dus 18 punten levert een voldoende op.