

Wat is cultuur?

Reflectie opdracht

Het doel van deze opdracht is om zorgverleners te helpen hun cultureel bewustzijn te vergroten door na te denken over persoonlijke ervaringen en hoe cultuur een rol speelt in communicatie en begrip

1. **Beschrijf een situatie waarin je je onbegrepen voelde.**

- Wat gebeurde er precies?
- Hoe voelde je je op dat moment?
- Waarom denk je dat je je onbegrepen voelde?

2. **Analyseer de situatie.**

- Welke elementen van de situatie waren cultureel bepaald?
- Hoe heeft jouw eigen culturele achtergrond jouw interpretatie van de situatie beïnvloed?
- Hoe denk je dat de culturele achtergrond van de andere persoon hun gedrag en reacties heeft beïnvloed?

3. **Reflecteer op je gevoelens.**

- Voelde je je persoonlijk aangevallen of gekwetst? Waarom wel of niet?
- Hoe heeft deze ervaring je kijk op culturele verschillen veranderd?

4. **Plan voor de toekomst.**

- Wat zou je in een vergelijkbare situatie in de toekomst anders doen?
- Welke strategieën kun je gebruiken om beter om te gaan met culturele verschillen?
- Hoe kun je ervoor zorgen dat je open en begripvol blijft in communicatie met mensen uit verschillende culturen?

5. **Deel je reflectie.**

- Bespreek je reflectie met een collega of in een teamvergadering.
- Luister naar de ervaringen van anderen en leer van hun inzichten.