

KEUZEDEEL PERSOONLIJK PROFILEREN NIVEAU 2

COLOFON

Uitgeverij: Edu'Actief b.v.
0522-235235
info@edu-actief.nl
www.edu-actief.nl

Auteur: Cornelia de Ruiter en Evelien Rave
Co-auteur: Angela Weghorst
Redactieleden: Heleen v.d. Mast, Erika Spoelma, Nanneke Bakkum, Inez Lippens,
Barry Thiele
Eindredactie: Angela Weghorst

Titel: Persoonlijk profileren niveau 2

ISBN: 978 90 3724 548 6

Bron: Audiobestanden en Personal Brandkey zijn auteursrechtelijk eigendom van
Angela Weghorst

© Edu'Actief b.v. 2018

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van reprografische verveelvoudigingen uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16h Auteurswet dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (www.reprorecht.nl). Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in compilatiewerken op grond van artikel 16 Auteurswet kan men zich wenden tot de Stichting PRO (www.stichting-pro.nl).

De uitgever heeft ernaar gestreefd de auteursrechten te regelen volgens de wettelijke bepalingen. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, kunnen zich alsnog tot de uitgever wenden.

Door het gebruik van deze uitgave verklaart u kennis te hebben genomen van en akkoord te gaan met de specifieke productvoorwaarden en algemene voorwaarden van Edu'Actief, te vinden op www.edu-actief.nl.

INHOUDSOPGAVE

	Hoe werk je met een keuzedeel?	4
1.	Over dit keuzedeel	6
2.	Wie ben ik?	11
3.	Ik en de buitenwereld	51
4.	Ik en de samenleving	74
5.	De uitdaging	89
	Inspiratiebronnen	92
6.	10 dingen waar je geen talent voor nodig hebt	93
7.	Brainstormen	97
8.	De kracht van kwetsbaarheid	102
9.	Elevatorpitch	105
10.	Film maken	108
11.	Interviewen	112
12.	Interview voorbereiden	115
13.	Kernkwadranten en kernkwaliteiten	120
14.	Maskers en overtuigingen	125
15.	Mediteren kun je oefenen	129
16.	Normen en waarden	132
17.	Persoonlijk profileren – Wie ben ik?	137
18.	Sociaal-maatschappelijk project	140
19.	Uit je hoofd? Neem de lift naar beneden door te mediteren	145

HOE WERK JE MET EEN KEUZEDEEL?

In iedere opleiding volg je een aantal keuzedelen. Ze zijn bedoeld om je beter op de arbeidsmarkt voor te bereiden. Je school bepaalt het aanbod waaruit je kunt kiezen en wanneer je zo'n keuzedeel kunt volgen.

Hoelang je aan een keuzedeel werkt, varieert: 240, 480 of 720 studiebelastingsuren (SBU). Die informatie vind je in de inleiding *Over dit keuzedeel*, waarmee elk keuzedeel begint.

Waar en wanneer je aan een keuzedeel werkt, bepaalt je school. Dat kan op school zijn, op je stageadres of thuis. Meestal zal het een mix van deze drie zijn.

Inleiding

Een keuzedeel van Edu'Actief begint met een introductie. Dat kan naast een korte inleiding bijvoorbeeld een filmpje zijn over iemand die binnen zijn werkveld te maken krijgt met de inhoud van dit keuzedeel. Vervolgens vind je vermeld uit welke onderwerpen (leereenheden) het keuzedeel bestaat.

Uitdaging

In elk keuzedeel werk je stap voor stap toe naar een eindopdracht: de uitdaging, waarvoor je de stof van het gehele keuzedeel gebruikt. Het kan bijvoorbeeld gaan om de verzorging van een wijnproeverij met bijpassende hapjes, een compleet ondernemersplan voor een startup, een gevuld zorgdossier waarin je hebt gedocumenteerd welke begeleiding je een cliënt hebt gegeven en wat de resultaten waren, etc. Je werkt in een aantal stappen naar de eindopdracht toe. Elke stap levert per leereenheid ten minste één beroepsproduct op, dat wil zeggen een document, een (video)verslag van een gesprek of een fysiek product zoals je dat ook in de beroepspraktijk maakt. Dat kan bijvoorbeeld een wijnkaart zijn of het financiële hoofdstuk van een ondernemingsplan.

Resultaten

Daarna vind je een beschrijving van de doelen waaraan je gaat werken: een opsomming van de resultaten aan het eind van het keuzedeel.

Beoordeling

Je werkt individueel en soms samen met medestudenten aan je opdrachten. De beoordeling van je werk gebeurt op verschillende manieren en momenten. Het kan zijn dat je een of meer kennistoetsen maakt die mee tellen in de eindbeoordeling. Je zult ook een beoordeling krijgen van de beroepsproducten die je tijdens dit keuzedeel oplevert. En natuurlijk wordt je eindopdracht beoordeeld. Je vindt de beoordelingscriteria telkens kort beschreven in de inleiding *Over dit keuzedeel* op elke leereenheid. Hoe zwaar een onderdeel meetelt, hoor je van je docent.

Oriëntatieopdrachten

Voordat je met de eerste leereenheid van een keuzedeel begint, maak je een aantal opdrachten waarmee je je nader op de stof oriënteert. Zo verken je het terrein van dit keuzedeel.

Bronnen en verwijzingen

In dit keuzedeel vind je verwijzingen naar bronnen. Deze kun je herkennen aan een icoontje. Dit kan een inspiratiebron zijn, een internetlink of een filmpje. Zo zien de icoontjes eruit:



Internetsite



Inspiratiebron



Filmpje

De inspiratiebronnen op alfabetische volgorde vind je na de opdrachten in dit boek. Je kunt de inhoudsopgave gebruiken om de juiste bronnen snel te vinden.

LET OP!

Bronnen worden op verschillende manieren bij de opdrachten aangegeven:

1. bron voor een opdracht.
In dit geval is de inspiratiebron van toepassing op de daaropvolgende opdrachten.
 2. bron in een opdracht.
In dit geval is de inspiratiebron alleen van toepassing op deze specifieke opdracht. Wordt er in een opdracht geen bron aangegeven, maar heb je wel bepaalde informatie nodig, dan zoek je de informatie in een van de eerder genoemde bronnen binnen deze leereenheid.
-

De video's, rollenspelen, formulieren, weblinks en bronnen kun je vinden in de digitale leeromgeving. Hier vind je ook de digitale versie van dit keuzedeel.

Ga naar www.edu-actief.nl/licentie.

Volg de stappen om toegang te krijgen tot het digitale lesmateriaal.

Voor het gebruik van de digitale leeromgeving heb je een tablet, computer of mobiele telefoon met internettoegang nodig. Je werkt je opdrachten uit op papier of digitaal.

1. OVER DIT KEUZEDEEL

OVER DIT KEUZEDEEL

Je leert voor een heel mooi beroep. En dat is belangrijk. Maar weet je ook wie je bent? Wat je leuk vindt om te doen? Waar jij goed in bent? Dat ga je ervaren en ontdekken in het keuzedeel 'Persoonlijk profileren'. Het wordt een mooie tijd, waarin je jezelf gaat ontdekken en zult verbazen.

Dit keuzedeel bestaat uit drie leereenheden. Samen zijn deze leereenheden 240 SBU.

Op het plaatje hieronder zie je hoe het keuzedeel is opgebouwd.

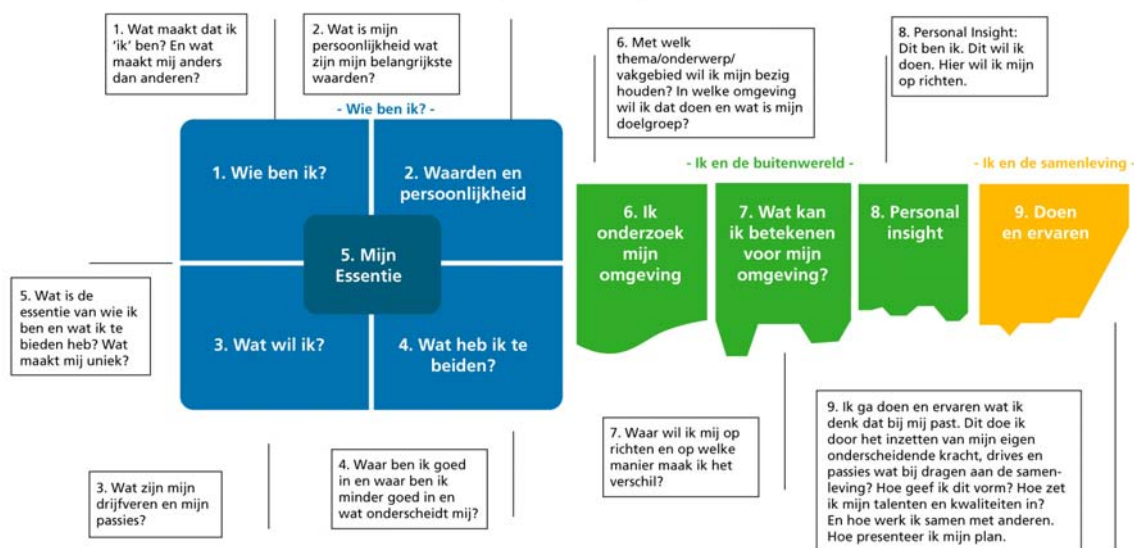


Leereenheden Persoonlijk profileren.

In dit keuzedeel staat 'je persoonlijke sleutel' centraal. De sleutel bestaat uit negen onderdelen:

1. Wie ben ik?
2. Wat is mijn persoonlijkheid en welke waarden vind ik belangrijk?
3. Wat wil ik?
4. Wat heb ik te bieden?
5. Wat is mijn kern?
6. Op welk onderwerp wil ik mij richten en in welke omgeving wil ik dit doen?
7. Wat is mijn doel? Wat wil ik bijdragen?
8. Wat is mijn personal insight?
9. Experimenteren en ervaren.

Je persoonlijke sleutel



Persoonlijke sleutel. Bron: © Angela Weghorst | Personal BrandKey

In het keuzedeel worden veel woorden gebruikt die je misschien niet kent. Daar hebben we een handige woordenlijst voor! Deze woorden ga je ook gebruiken om onder andere je eigen kwaliteiten en eigenschappen mee te omschrijven. Een handige lijst dus. Kijk alvast even in de woordenlijst.



Woordenlijst



Hoe werk je met een keuzedeel?

Bekijk de website en film over Tijn en zijn nagellakactie.



Website: Tijn lakt

De actie was een enorm succes en een prachtig voorbeeld hoe je een bijdrage kunt leveren aan de samenleving. Is het nu de bedoeling dat iedereen dan maar verplicht een potje nagellak moet gaan kopen? Tijns antwoord is: "Nee, iedereen moet zichzelf zijn."

Dat is persoonlijk profileren: wees jezelf en wees niet bang het te tonen. Net als Tijn.

Persoonlijk profileren helpt je te ontdekken wie je bent, wat jou zo bijzonder en uniek maakt. Het zorgt er uiteindelijk voor dat je trots bent op jezelf. Precies goed zoals je bent. En je leert wat je allemaal kunt en dat is meer dan je nu waarschijnlijk denkt. Echt alles is mogelijk, als je er zelf maar in gelooft!

De uitdaging

Bij ieder keuzedeel hoort een 'centrale uitdaging'. In dit keuzedeel betekent dit dat je de 'persoonlijke sleutel' over jezelf invult. Er is geen goed of fout, maar je gaat laten zien wat je over jezelf geleerd hebt. Dit ga je presenteren in de vorm van een 'elevatorpitch'. Een presentatie van ongeveer drie minuten over jou! Nu misschien nog heel spannend, maar door de opdrachten die je gaat doen in dit keuzedeel komt dat helemaal goed!

Leren nadenken over jezelf is belangrijk, maar het vraagt ook lef. Je moet jezelf durven laten zien. Iedereen voelt zich wel eens anders dan anderen of onzeker. Vaak probeer je dit te verbergen. Je bijvoorbeeld stoerder voordoen dan je je voelt. Herken je dit ook?

We leren juist van elkaar door echt te laten zien hoe je je voelt. Dat vraagt moed en is misschien spannend. Maar je zult merken dat je er heel veel van leert. Dit kan niemand anders voor jou doen, alleen jij. Ga jij de uitdaging aan?

Resultaten van het keuzedeel

Aan het einde van dit keuzedeel kun jij antwoord geven op de vragen uit de persoonlijke sleutel:

- Wie ben ik?
 - Wat is mijn persoonlijkheid en welke waarden vind ik belangrijk?
 - Wat wil ik?
 - Wat heb ik te bieden?
 - Wat is mijn kern?
 - Op welk onderwerp wil ik mij richten en hoe kan ik een bijdrage leveren aan mijn omgeving?
 - Wat is mijn doel?
 - Wat is mijn personal insight?
 - Op welke manier zet ik mijn talenten, kwaliteiten en drive in om iets bij te dragen aan mijn omgeving?
-

Beoordeling

In dit keuzedeel word je niet beoordeeld op hoe goed je iets kunt. Het gaat erom dat jij kunt laten zien wat je geleerd hebt over jezelf. Het gaat om bewustwording van wie je bent, wat je allemaal kunt en wat je graag wilt. Dit doe je onder andere door bij opdrachten te reflecteren over wat je hebt gedaan en wat de opdracht jou heeft geleerd over jezelf. Er wordt van je verwacht dat je actief meedoet in het keuzedeel. Er zijn veel opdrachten in dit keuzedeel. Samen met je docent bepaal je welke opdrachten het beste passen bij jou en de groep.

Tijd om aan de slag te gaan! Er zijn drie opdrachten bij de start van dit keuzedeel. 'Een goed begin is het halve werk', dus start serieus. Veel plezier.

1.1 ORIËNTATIE

Tijd om aan de slag te gaan! Er zijn drie opdrachten bij de start van dit keuzedeel. 'Een goed begin is het halve werk', dus start serieus. Veel plezier.

OPDRACHT 1: WAAR DENK JIJ AAN BIJ PERSOONLIJK PROFILEREN?



Profileren.

Persoonlijk profileren, wat betekent het? Benieuwd wat het voor jou betekent. Waar denk jij aan bij persoonlijk profileren?

- a. Waar denk jij aan bij persoonlijk profileren? Bespreek dit in de groep.
- b. Bespreek in de groep het woord bewustwording. Wat betekent het? En wat heeft het te maken met persoonlijk profileren?
- c. Wat denk je dat je gaat leren in dit keuzedeel?
- d. Wat zou moeilijk of minder leuk kunnen zijn in dit keuzedeel?
- e. Bespreek in de groep wat er nodig is om ervoor te zorgen dat iedereen dit keuzedeel met plezier en zelfvertrouwen kan volgen. En leert hoe je jezelf persoonlijk kunt profileren.

OPDRACHT 2: MENSEN DIE ZICH PROFILEREN

Er zijn heel veel mensen op de wereld die zich bewust, maar soms ook heel onbewust profileren. Ze zijn ergens heel goed in, hebben een goed plan bedacht of doen iets goeds voor mensen in hun omgeving. Waarschijnlijk ken je wel wat eigen voorbeelden van bekende mensen of mensen om je heen.

- a. Lees de drie artikelen. Dit zijn zomaar drie voorbeelden van mensen die zich op een of andere manier profileren. Ze voegen iets toe aan de samenleving en laten daarin een stukje talent zien, maar ook passie en toewijding.



Charity vlog

Boyan Slat

Trouw krantenartikel actrice Hanna Verboom

- b. Welk artikel spreekt je het meest aan? Waarom?
- c. En jij? Wie bewonder jij? Zoek twee voorbeelden van bekende mensen of mensen uit je directe leefomgeving die jij bewondert. Hoe zetten zij hun talenten in voor de omgeving? Welke eigenschappen hebben ze die jij bewondert?

Zoek een artikel, een filmpje of een online profiel. Plak dit in Word of op een groot vel papier. Vertel waarom jij dit voorbeeld hebt gekozen.

OPDRACHT 3: STEL JEZELF VOOR

De eerste indruk: heel belangrijk. En je maakt hem maar een keer. Mensen hebben (onbewust) meteen een beeld van iemand als ze deze persoon voor de eerste keer ontmoeten. Hierbij ga je vooral af op wat je gevoel zegt. De eerste indruk maak je als je je voorstelt. En dat gaan we doen. Je gaat jezelf voorstellen aan de klas.

Vertellen wie je bent, kan op veel manieren. Overleg met je docent welke manier jullie kiezen.



Woordenlijst

- a. Maak gebruik van de woordenlijst met gedragseigenschappen. Bekijk deze lijst en kies vijf begrippen die het beste bij jou passen. Schrijf ze op een groot vel. Dit presenteert je aan de groep.
- b. Je docent heeft plaatjes of voorwerpen. Kies het plaatje of voorwerp dat bij jou past, dat jou aanspreekt. Vertel in de groep wie je bent en wat dit plaatje of voorwerp over jou zegt.

2. WIE BEN IK?

OVER DEZE LEEREENHEID

In leereenheid 1 werk je aan het eerste deel van je persoonlijke sleutel: 'Wie ben ik?'

In dit deel staan de volgende vijf onderwerpen van de sleutel centraal:

1. Wie ben ik? (opdracht 1 tot en met 5)
2. Wat is mijn persoonlijkheid en welke waarden vind ik belangrijk? (opdracht 6 tot en met 9)
3. Wat wil ik? (opdracht 10 tot en met 13)
4. Wat heb ik te bieden? (opdracht 14 tot en met 22)
5. Wat is mijn kern? (opdracht 23 tot en met 26).

Wie ben ik? Wat maakt mij anders dan anderen en daarmee uniek? Het is best moeilijk om hier een antwoord op te geven. Maar het is belangrijk om te weten. Als je deze vraag voor jezelf beantwoordt, kun je laten zien wat je leuk vindt, wat voor jou belangrijk is en waar je goed in bent: je passies en talenten.

Belangrijk! Lees voor je begint de inspiratiebron: 'Persoonlijk profileren – Wie ben ik?'



Inspiratiebron Persoonlijk profileren – Wie ben ik?

Doelstelling van dit keuzedeel zijn de eerste vijf elementen uit de persoonlijke sleutel.

- Wie ben ik? En waarom ben ik zoals ik ben?
 - Wat is mijn persoonlijkheid en welke waarden vind ik belangrijk?
 - Wat wil ik? Wat zijn mijn passies, talenten, dromen en verlangens?
 - Wat heb ik te bieden? Waar ligt mijn kracht en hoe kan ik deze optimaal benutten?
 - Wat is mijn kern? En wat maakt mij uniek ten opzichte van anderen?
-

Deze leereenheid wordt niet beoordeeld met een voldoende of onvoldoende. Dit keuzedeel gaat over jou en is jouw zoektocht 'Wie ben ik?'. Het gaat om je inzet en vooral om jouw leerproces. De opdrachten die je maakt bespreek je met je docent. Daarnaast krijg je feedback op hoe je samenwerkt, reageert op je klasgenoten en bijdraagt aan een veilige en open sfeer.

2.1 WIE BEN IK?

Het eerste deel van de sleutel gaat over: 'Wie ben ik?' Deze vraag is misschien niet zo gemakkelijk te beantwoorden als je denkt. Want wie ben je nu eigenlijk? En wat heeft jou gemaakt tot wie je nu bent? Hoe goed ken je jezelf? Wat maakt dat jij 'jij' bent? Het maken van opdrachten helpt je om hier een beter beeld van te krijgen. In overleg met je docent bepaal je welke opdrachten je gaat maken.



Wie ben ik?

OPDRACHT 1: JOUW TOOLBOX

Bij het keuzedeel 'Persoonlijk profileren' maak je opdrachten waarbij je informatie over jezelf verzamelt. Deze informatie bewaar je voor een groot deel digitaal in 24boost. Maar wat is er mooier dan dit ook verwerken in een eigen toolbox. Een verzamelplek voor alle waardevolle informatie die je over jezelf krijgt. Jouw tools die je laten zien wie je bent, wat je kwaliteiten zijn en hoe je die in kunt zetten om je doel te bereiken. Jij bepaalt wat er in komt: een waardevolle oefening, de complimenten die je krijgt, een overzicht van al je kwaliteiten enzovoort. Een waardevolle box voor en over jezelf aan het einde van dit keuzedeel, maar ook voor de toekomst.

- a. Je gaat een persoonlijke toolbox maken. Het moet duidelijk zijn dat deze van jou is. Overleg met je docent op welke manier je dit doet. Dit kan een kist zijn, een map, een doos, een Padlet, vlogs of een andere manier. Maak het persoonlijk. Gebruik kleuren, materiaal of teksten die bij jou passen.
- b. Tijdens het keuzedeel stop je in deze toolbox wat jij belangrijk vindt. Of wat jou inzicht heeft gegeven. Wat jij waardevol vindt telt! Je kunt dit later gebruiken om je persoonlijke sleutel te maken.

OPDRACHT 2: STORY OF MY LIFE!

Je bent nog lang niet oud, maar je hebt toch ook al het een ander meegemaakt in je leven. Je hebt op verschillende scholen gezeten, je bent misschien wel verhuisd, je hebt vrienden gemaakt, er zijn vriendschappen ontstaan en verloren gegaan. Leuke dingen, maar vast ook minder leuke dingen. Je vertelt jouw verhaal.

Belangrijke informatie: Door je verhaal op te schrijven kom je misschien ook al dingen te weten over jezelf. Iedereen neemt namelijk zijn ervaring uit het verleden mee. De leuke dingen, of de dingen die je gelukt zijn, geven je zelfvertrouwen. Maar minder leuke dingen vormen je ook. Wees zo eerlijk mogelijk en geniet vooral van alle fijne herinneringen!



Woordenlijst

Inspiratiebron Persoonlijk profileren – Wie ben ik?

- a. Lees de inspiratiebron: 'Persoonlijk profileren – Wie ben ik?' Haal hier de voor jou drie meest belangrijke kenmerken uit.
- b. En nu jij! Jouw verhaal van baby tot nu. Kies zelf een manier die je leuk of prettig vindt: schrijven, tekenen of vloggen bijvoorbeeld. Je deelt je leven op in drie periodes: 0 tot 6 jaar, 6 tot 12 jaar en 12 jaar tot nu. Vertel wat jij belangrijk en prettig vindt om te delen.

Per periode bijvoorbeeld:

- Waar woon je en met wie?
- Waar ga je naar school en hoe is dit? Heb je het naar je zin? Of juist niet? Hoe komt dit?
- Wie zijn je vrienden en wat doen jullie?
- Wat doe je als hobby? Wat vind je leuk om na schooltijd te doen?
- Welke mensen zijn belangrijk voor je?
- Wat is een leuke herinnering?
- Is er een vervelende herinnering of gebeurtenis? En welke invloed heeft dit op je leven?
- Gebeurt er iets wat indruk maakt? Wat is dit? Welke invloed heeft het op je leven?
- Welke belangrijke keuzes maak je? En wat is het gevolg van deze keuze?

- c. Lever in overleg met je docent je levensverhaal in.

Belangrijke informatie: Je verhaal delen zorgt vaak voor herkenning en begrip. Dat kan lachen zijn om de leuke verhalen, maar ook begrip en steun voor de moeilijke momenten die jou gevormd hebben. Tijd voor jouw verhaal!

- d. Je gaat jouw verhaal vertellen of laten zien aan de klas. Haal de kern uit jouw levensverhaal. Vertel of laat zien wat jou gemaakt heeft tot wie je bent in zowel positieve als negatieve zin. Jij bepaalt wat je wilt delen.

OPDRACHT 3: WELK TWINQ TYPE BEN JIJ?

Yes, jij bent een van de zeven TwinQ types! Je weet nog niet welke, maar dat ga je ontdekken!

Angela Weghorst onderzocht bij vierduizend 5- tot 25-jarigen wat hun passies en talenten zijn en welke waarden zij het meest belangrijk vinden. Door dit onderzoek heeft zij 7 'TwinQ persoonlijkheidstypen' ontdekt. Deze 7 TwinQ persoonlijkheidstypen hebben een eigen persoonlijkheid en karaktereigenschappen.

"Wat je zegt ben je zelluf", schrijft Angela. Maar wie ben je dan echt? Dat ga je onderzoeken in deze opdracht. Welke van deze zeven persoonlijkheidstypen lijkt het meest op jou?



TwinQ Persoonlijkheidstypen© Bron: Angela Weghorst, uitgave 'Anders'.



TwinQ Persoonlijkheidstypen

- Lees alle TwinQ persoonlijkheidstypen goed door.
- En? In welk TwinQ type herken jij jezelf het meeste? Leg uit waarom.

Let op! Het hoeft niet zo te zijn dat je je in alle kenmerken van een type herkent, maar welke past het beste? Geef aan in welke kenmerken jij je dan juist wel of niet herkent en waarom.

- Herken je je in de valkuilen die worden genoemd? Leg je antwoord uit.
- Heb je kenmerken bij een ander TwinQ persoonlijkheidstype gelezen die je ook bij jou vindt passen? Schrijf ze op.
- En heb je nog andere valkuilen gelezen die bij jou passen? Schrijf ze op en geef een voorbeeld.

Onthoud je TwinQ persoonlijkheidstype tijdens dit keuzedeel. Je gaat ontdekken of je beeld over je persoonlijkheid klopt, maar misschien pas je toch beter bij een ander persoonlijkheidstype.