

Scan jezelf

Lesbrief 2 - Persoonlijke eigenschappen

Naam:

Klas: VMBO: BL KL TL (omcirkel)

School:

Wie ben je en wat kun je? Wat zijn jouw mogelijkheden en talenten? Als je dat goed weet, is het makkelijker om keuzes voor je toekomst te maken. Ken jezelf = scan jezelf!

Als je goed inzicht hebt in jezelf, weet je ook op welke punten je jezelf verder kunt ontwikkelen. Je weet aan welke vaardigheden en ontwikkellijnen je verder kunt werken.

Heb je meer ruimte nodig om te schrijven? Pak dan je (digitale) schrift erbij!



1

Wat zijn jouw persoonlijke eigenschappen?

Hieronder staat een hele lijst met persoonlijke eigenschappen. Sommige eigenschappen zijn sterk bij jou aanwezig, andere wat minder. Zet een kruisje bij 'sterk' of bij 'minder sterk'.

Persoonlijke eigenschappen	Sterk	Minder sterk
Ik heb aandacht voor details		
Ik kan mijzelf makkelijk aanpassen		
Ik heb overtuigingskracht		
Ik ben iemand die graag iets wil bereiken		
Ik ben behulpzaam		
Ik ben bescheiden		
Ik neem makkelijk beslissingen		
Ik ben betrouwbaar		
Ik ben iemand die voor zijn mening uitkomt		
Ik ben creatief		
Ik ben doelgericht		
Ik ben een doorzetter		
Ik ben enthousiast		
Ik ben eerlijk		
Ik ben energiek		

Ik ben evenwichtig		
Ik ben flexibel		
Ik heb gevoel voor humor		
Ik kan improviseren		
Ik neem initiatief		
Ik ben iemand die van nieuwe dingen houdt		
Ik ben kalm		
Ik ben kritisch		
Ik ben leergierig		
Ik heb lef		
Ik ben trouw		
Ik ben gemotiveerd		
Ik ben nauwkeurig		
Ik ben onafhankelijk		
Ik ben ondernemend/zakelijk		
Ik ben iemand die kan onderhandelen		
Ik ben prestatiegericht		
Ik ben resultaatgericht		
Ik ben realistisch		
Ik ben spontaan		
Ik ben sociaal ingesteld		
Ik ben stressbestendig		
Ik ben vriendelijk		
Ik ben zelfstandig		

2

Kies 5 sterke eigenschappen

Bekijk de lijst goed en kies 5 sterke eigenschappen uit die je hebt. Geef van elke eigenschap een voorbeeld.

Een voorbeeld:

Sterke eigenschap: Ik ben kalm

Voorbeeld: Als ik een opdracht niet begrijp, blijf ik rustig zitten en lees de opdracht nog een keer.

Mijn sterke eigenschappen:

Eigenschap 1

Voorbeeld:

Eigenschap 2

Voorbeeld:

Eigenschap 3

Voorbeeld:

Eigenschap 4

Voorbeeld:

Eigenschap 5

Voorbeeld:

3

Kies 5 minder sterke eigenschappen

Bekijk de lijst nog een keer en kies 5 minder sterke eigenschappen. Schrijf bij elke eigenschap op waarom je die wilt verbeteren.

Een voorbeeld:

Minder sterke eigenschap: Ik heb lef

Voorbeeld: Ik wilde graag DJ zijn op het schoolfeest, maar durfde het niet te vragen.

Mijn minder sterke eigenschappen:

Eigenschap 1

Voorbeeld:

Eigenschap 2

Voorbeeld:

Eigenschap 3

Voorbeeld:

Eigenschap 4

Voorbeeld:

Eigenschap 5

Voorbeeld: