

8. Kernkwadranten van Ofman

Leeruitkomst

Met behulp van de kernkwadranten van Ofman heb je jouw kwaliteiten, valkuilen, allergieën en uitdagingen in kaart gebracht, inclusief voorbeelden.

Maak jouw kernkwadrant	
Kernkwaliteit	Valkuil
initiatief nemen, leiding geven	overheersend, dominat gedrag
Allergie	Uitdaging
passiviteit	ruimte geven, los laten

Checkvragen:	Ja / nee
1. Kwaliteit vergelijken met valkuil: is dit inderdaad bij mij de overtreffende trap van mijn kwaliteit?	Ja
2. Uitdaging vergelijken met valkuil: is jouw uitdaging het positief tegenovergestelde van mijn valkuil?	Ja
3. Uitdaging vergelijken met allergie: is de overtreffende trap van jouw uitdaging jouw allergie, dus teveel van jouw uitdaging?	Ja
4. Kwaliteit vergelijken met allergie: is je kwaliteit het positief tegenovergestelde van je allergie?	Ja
5. Kwaliteit vergelijken met uitdaging: zou het ontwikkelen van deze uitdaging jouw kwaliteit inderdaad versterken?	Ja

Schrijf een korte toelichting waarin je duidelijk maakt hoe jouw kwaliteit in de praktijk eruitziet en wat het verband is met de valkuil, uitdaging en allergie.

Tijdens het vervullen van projecten en/of groepsopdrachten ben ik bang om te falen, tenzij ik het initiatief neem om ervoor te zorgen dat ik in een zekere zin controle heb.

Conclusie

Beschrijf je kwaliteit met één voor jou passend woord.

zwaar

Wat betekent dit precies? Wat houdt deze kwaliteit voor jou in?

Het sluit aan op mijn psyche en de manier waarop deze draait binnen onbekende of onhelderde situaties. het is zowel zwaar fysiek/mentaal uitputtend als rustgevend.

Beschrijf een voorbeeldsituatie waarin je deze kwaliteit in de praktijk bracht.

Het voortouw nemen bij een project en mijzelf in een bepaalde positie van controle brengen

Wat is je uitdaging? Wat wil je graag verder ontwikkelen?

los laten, controle uit handen durven geven.

Hoe kun je dat doen? Welke omgeving/situatie/context is hier geschikt voor?

Binnen mijn 2e jaars projecten kan ik dit proberen en ervan leren.

14. Persoonlijke SWOT

Leeruitkomst

Je hebt in een voorlopige conclusie jouw kwaliteiten, zwakke punten, uitdagingen (kansen) en valkuilen (bedreigingen) samengevat en onderbouwd met voorbeelden.

Strengths / Kwaliteiten	
Jouw kwaliteiten	Voorbeelden van situaties/ervaringen waarin je je kwaliteiten liet zien
initiatiefnemend	voortouw durven nemen tijdens projecten en/of groepsopdrachten.
creatief	ik ben in staat om makkelijker "outside of the box" te denken omdat ik in principe haast nooit in de box heb gestaan. mede dankzij mijn functiestoornis kan creatief denken, plannen en uitvoeren.
oplossingsgericht	Bij een probleem zoals een lastige sociale situatie zoek ik liever naar een oplossing.
-	-
-	-

Weaknesses / Zwakke punten	
Jouw zwakke punten	Hoe ga je je zwakke punten vermijden?
Waarin ben je uitgesproken slecht en kan of wil je nooit echt goed worden?	<ul style="list-style-type: none"> - In welk situaties moet of wil je wel iets met je zwakke punten? - Hoe ga je dat aanpakken?
passiviteit	een stap terug durven doen
chaotisch werken	ik moet in onoverzichtelijke situaties met uitkomende risicofactoren kunnen blijven werken.
onzekerheid	twijfelen aan eigen capaciteiten die mijn voortgang belemmeren
-	-
-	-

Threats / Valkuilen	
Jouw valkuilen	Voorbeelden van situaties/ervaringen waarin je valkuilen zich openbaarden
Waarin schiet je door als je je kwaliteiten te veel inzet?	
dominantheid	te controlerend leidinggeven als ik onzeker ben van het eindresultaat.
overbelasting	Teveel hooi op de vork nemen kan leiden tot stress en verminderde prestaties. zoals het volop studeren tijdens het afgelopen semester
-	-

-	-
-	-

Kansen / Uitdagingen

Jouw uitdagingen	Hoe kun je je uitdagingen verder ontwikkelen?
Wat kun je ontwikkelen om je kwaliteiten te versterken?	<ul style="list-style-type: none"> - In welke situaties/contexten kun je je uitdagingen verder ontwikkelen? - Formuleer concrete acties (SMARTER) hoe je je uitdagingen gaat versterken.
netwerken	Het opbouwen van een sterk professioneel netwerk kan nieuwe mogelijkheden en samenwerkingen opleveren.
innovatie	Het toepassen van creativiteit en oplossingsgericht denken kan leiden tot innovatieve ideeën en projecten.
-	-
-	-
-	-

4. LinkedIn benutten voor netwerken

Leeruitkomst

Je hebt gemotiveerd aangegeven op welke wijze LinkedIn jou kan ondersteunen bij het netwerken en hebt beschreven welke van de mogelijkheden van LinkedIn je gaat benutten.

Je hebt nu verschillende voordelen van LinkedIn leren kennen. Wat vind jij de belangrijkste voordelen van LinkedIn voor jezelf en je netwerk? Je kunt meerdere opties kiezen.

Leg per voordeel kort uit waarom jij dit van toegevoegde waarde vindt voor jou en je netwerk.

{"selectedItems": [0,3], "explanation": "Ik ben persoonlijk geen fan van LinkedIn. Echter de naamsbekendheid erachter maakt het makkelijker om gevonden te worden."}

Als je LinkedIn niet wilt gebruiken: waarom is dat?

n.v.t.

Op welke wijze ga jij zonder LinkedIn je professionele netwerk vormgeven?

netwerken bij banenbeurzen/evenementen.

Ervaringen met LinkedIn

Ervaringen Jouw antwoord(en)

Ervaring 1

-

Ervaring 2

-

Ervaring 3

-

Welke nieuwe mogelijkheden van LinkedIn heb jij ontdekt in deze submodule? Onderbouw hoe je deze gaat benutten voor jouw netwerk.

-