

Opdracht 3: Kernwaarden:

1. Wat maakt me gelukkig en tevreden?

Moment 1:

Toen ik op mijn vakantiewerk lof kreeg en een uitnodiging om volgend jaar ook te komen werken.

Waar was je?

- Ik was mij aan het klaarmaken om naar huis te gaan na het werk.

Was ik met anderen?

- Er waren andere collega's aanwezig die hier ook werken

Waarom betekende dit zoveel?

- Dit betekende veel omdat dit betekent dat ze tevreden zijn met je prestaties

Wat maakte me zo gelukkig en/of tevreden?

- Ik was hier tevreden over omdat je je geapprecieerd voelt en je goede feedback krijgt onrechtstreeks over het werk dat je hebt gedaan

Moment 2:

Toen ik deze vakantie samen met mijn vriendin een reis naar Praag gedaan had voor enkele dagen.

Waar was je?

- Ik was in Praag, Tsjechië

Was ik met anderen?

- Ik was samen met mijn vriendin, voor de rest was er niemand extra aanwezig

Waarom betekende dit zoveel?

- Dit betekende veel omdat dit de eerste reis was die ik deed met haar. Ook was dit de eerste reis zonder dat er familie bij was

Wat maakte me zo gelukkig en/of tevreden?

- Het feit dat je dit moment kan delen met iemand die je graag ziet en hier samen leuke momenten kan maken.

Moment 3:

Toen ik samen met mijn broer op reis ging deze zomer naar Engeland

Waar was je?

- Ik was samen met mijn broer in Engeland (Manchester, Liverpool)

Was ik met anderen?

- Mijn broer was hier bij

Waarom betekende dit zoveel?

- Dit was de eerste keer dat ik met mijn broer alleen op reis ging zonder dat er ouders bij waren

Wat maakte me zo gelukkig en/of tevreden?

- Ik was hier tevreden over omdat we samen een nieuw avontuur hebben gedaan. We hebben een gedeelde interesse van ons samen beleefd voor het eerst.

2. Wat maakt me trots?

Moment 1:

Het moment dat mijn vriendin te horen kreeg dat ze geslaagd was en kon afstuderen

Waarom was ik trots?

- Omdat ze geslaagd was voor haar school en ze hier hard voor had gewerkt

Wat droeg bij aan dit gevoel van trots?

- Het feit dat ik haar hier heb voor zien werken tijdens het schooljaar

Deelde ik deze trots met anderen?

- Ik denk dat ik deze trots deelde samen met haar ouders en met haar ook een beetje.

Moment 2:

Het einde van het middelbaar bij het goed doen van het GIP project

Waarom was ik trots?

- Omdat dit een groot project was voor de eerste keer in mijn leven voor een bedrijf en dit was goed gegaan

Wat droeg bij aan dit gevoel van trots?

- Dat dit een zeer groot en moeilijk project was maakte het extra mooi en goed om trots op te zijn

Deelde ik deze trots met anderen?

- Ik deelde deze trots met de klasgenoten met wie ik samen heb gewerkt aan dit project

Moment 3:

Het einde van mijn vakantiewerk deze zomer

Waarom was ik trots?

- Omdat de 2 maanden vakantiewerk gedaan waren eindelijk

Wat droeg bij aan dit gevoel van trots?

- Het feit dat ik dit werk tot een goed einde heb gebracht en hier terug kan komen

Deelde ik deze trots met anderen?

- Deze trots was met niemand gedeeld.

Persoonlijke waarden:

1. Familie
2. Geluk
3. Innerlijke groei
4. Respect
5. Vertrouwen
6. Gezondheid

De toplijst van je persoonlijke waarden is:

1. **Innerlijke groei**
2. **Geluk**
3. **Familie**
4. **Respect**

Ikzelf heb de plaatsen aangepast omdat ik ondanks dat ik innerlijke groei een belangrijk aspect vind voor mezelf. Ik toch het gevoel heb dat familie en geluk nog iets belangrijker zijn op dat gebied voor mij. Dat is de reden waarom ik deze heb aangepast. Maar innerlijke groei blijft nog steeds één van de belangrijkste aspecten voor mij maar ik acht er nog enkele een stapje hoger.

5. Integriteitscheck

Ben ik trots op deze lijst van kenmerken?

- Ikzelf ben trots op deze kernwaarden aangezien dit in mijn opinie mooie kernwaarden zijn om te hebben

Zouden mensen dicht bij mij het eens zijn?

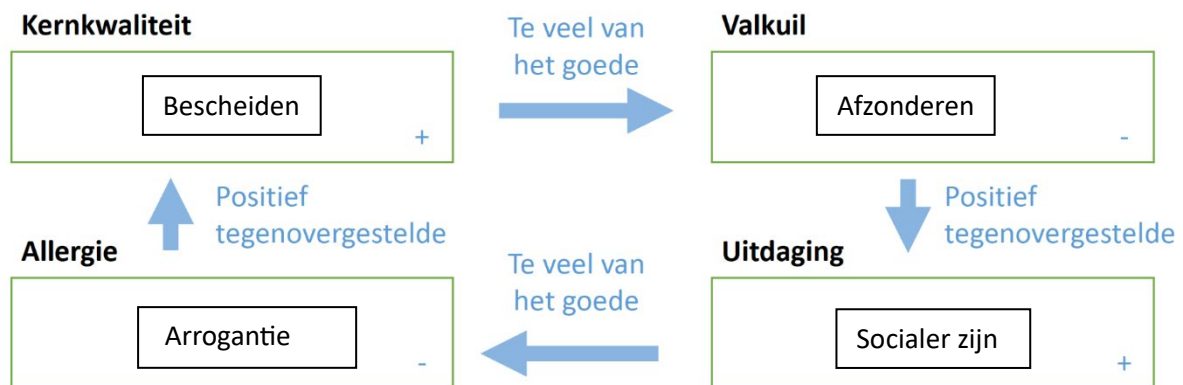
- Ik denk dat mensen dicht bij mij grotendeels hier akkoord mee zouden zijn; misschien plaatsen ze het in een andere volgorde maar de top 3 is correct

Heb ik het gevoel dat deze kernwaarden mijn identiteit weerspiegelen?

- Ik denk wel dat dit een goede weerspiegeling is van mijzelf

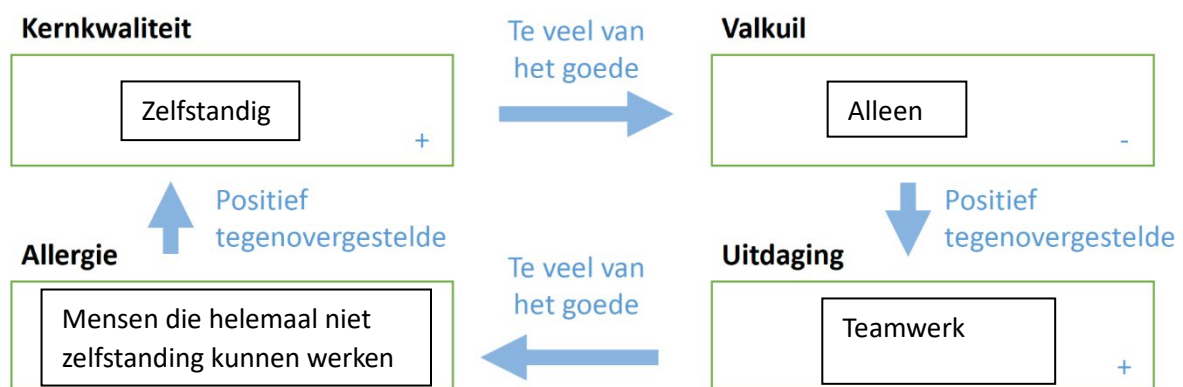
Zou ik mezelf ondersteunen in deze kernwaarden, wat er ook gebeurt?

- Ja, voor alles wat er gebeurt



Mijn allergie van de kernkwaliteit bescheiden zijn is arrogantie.

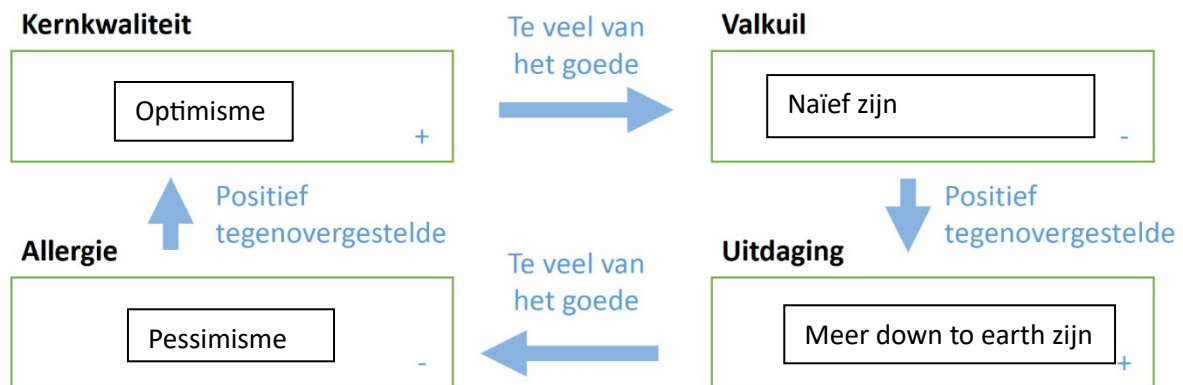
Zelf ben ik hier al eens mee in aanraking gekomen in een winkel toen ik naar iets op zoek was maar dit niet vond. Toen ik dit aan een werknemer vroeg reageerde deze zeer arrogant tegenover mij. Was kortaf, deed alsof je dit automatisch hoort te weten omdat hij daar werkt. Ik heb daar toen niet op gereageerd omdat dit geen verschil zou maken aan de situatie en het maar om iets kleins ging. Zelf zou ik hier niets uit kunnen leren, ik vind het niet acceptabel om arrogant te doen tegen anderen voor welke reden dan ook, iedereen is gelijk.



Voor mijn volgende kernkwadrant, zelfstandig. Is de allergie mensen die niet zelfstandig kunnen werken/ zijn.

Ik ben hier al ooit mee in contact gekomen op school bij een groepswork toen een van mijn groepsleden steeds om hulp vroeg bij opdrachten waar hij dingen niet van wist etcetra. Ik heb deze persoon toen geholpen omdat ik graag behulpzaam ben naar andere toe en ook steeds kon helpen. Dit zou ik in de toekomst misschien iets anders doen door de persoon te prikkelen meer

zelfstandig te werken zodat ook hij er meer uit kan leren. Wat ikzelf hiervan kan leren is wat meer hulp vragen. Dit deed deze persoon misschien iets te vaak maar hij deed het wel. Waar ik dit misschien iets te weinig doe.



Mijn 3^{de} kernkwaliteit is optimisme. De allergie hiervan is pessimisme.

Zelf ben ik al enkele keren in aanraking geweest met een pessimist.

Bijvoorbeeld toen ik aan het praten was met een vriend die net aan het einde was gekomen van een relatie met zijn vriendin. Deze vriend was natuurlijk zeer droevig en pessimistisch over alles. Hij wou niks doen of had geen zin meer of zei dat hij het leven kut vond. Wat ik toen probeerde te doen was hem goede moed in te praten, hem op te vrolijken wat natuurlijk moeilijk gaat op dat moment. Dit zou ik elke keer opnieuw doen omdat deze persoon een beetje optimisme nodig heeft op dat moment. Wat ik hiervan kan leren is een beetje meer down to earth te zijn. Niet zoals hem want hij had het moeilijk. Maar proberen in te zien dat niet alles altijd rozengeur en maneschijn is.