



PORTFOLIO

STUDIE & LOOPBAAN

Jouw gegevens

| | |
|-----------------|------------------------------------|
| Student : | Kjeld Heemskerk |
| Studentnummer : | Klik of tik om tekst in te voeren. |
| Opleiding : | Informatica |
| Klas/Groep : | |
| Schooljaar : | 2 |

Inhoudsopgave

| | |
|---|----------|
| Ken je kwaliteiten | 3 |
| 8. Kernkwadranten van Ofman | 3 |
| 14. Persoonlijke SWOT..... | 5 |
| Netwerken | 7 |
| 4. LinkedIn benutten voor netwerken | 7 |

Ken je kwaliteiten

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 |
|---------------|-----------|
| Toegewijd | Fanatiek |
| Allergie | Uitdaging |
| nonchalant | Loslaten |

| 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.

toegewijd vind ik bij mij van toepassing. Een voorbeeld is wanneer ik ergens mee start ik heel toegewijd ben. helaas kan het ook doorschieten naar te fanatiek. Hierdoor kan ik soms wat onaardiger zijn doordat ik te fanatiek ben. Verder vind ik mensen die erg nonchalant zijn erg vervelend. Omdat ik mij hier helemaal niet in kan vinden.

Conclusie

Beschrijf je kwaliteit met één voor jou passend woord.

toegewijd

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

Ik vind dat het inhoud dat ik betrokken ben, en consistent.

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

Een voorbeeld is een vak uit het 2de jaar. Ik moest met MBO leerlingen samen een opdracht maken. Helaas waren hun iets minder gemotiveerd. Dit zorgde ervoor dat ik meer tijd kwijt was als dat er voor stond.

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

hulpvaardig zijn zonder te betrokken en bemoeizuchtig te zijn

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

voor mij duidelijke grenzen te stellen wat ik kan doen en goed te luisteren wanneer iemand echt hulp nodig heeft.

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 |
|------------------|--|
| Behulpzaam | Als ik een voorbeeld van school moet noemen is dat ik altijd bereid ben om mensen te helpen. Tristan kwam ergens niet. Vervolgens ben ik met hem gaan zitten tot het hem lukte en nog belangrijker snapte. |
| Zorgvuldig | Een voorbeeld van mijn zorgvuldigheid is dat ik altijd alles zeer vaak controleer met betrekking tot schoolwerk. Dit zorgt ervoor dat ik zeker weet dat het goed is. |
| Rechtvaardig | Ik vind dat ik rechtvaardig heb. Ik ben altijd recht door zee en zeg hoe het is. Dit zorgt ervoor dat ik mensen aanspreek wanneer ze iets niet goed doen maar ook zeker wanneer ze het goed doen |
| - | - |
| - | - |

Weaknesses / Zwakke punten

| Jouw zwakke punten Waar in ben je uitgesproken slecht en kan of wil je nooit echt goed worden? | Hoe ga je je zwakke punten vermijden? - In welke situaties moet of wil je wel iets met je zwakke punten? - Hoe ga je dat aanpakken? |
|---|--|
| Zelfverzekerd | Met vaardigheden waarvan ik weet dat ik er niet goed in ben, zoals programmeren, wil ik graag bevestiging dat ik het goed doe. Ik wil dit graag verbeteren, maar ik vind het lastig om te weten hoe ik dit moet aanpakken. |
| Overbetrokken | Denk daarbij aan projecten of opdrachten. Doordat ik te betrokken ben met het project en daardoor teveel taken op mij neem zorgt het voor stress. Hoe ik dit wil aanpakken is iets meer afstand te nemen van bijvoorbeeld een project. |
| Overbezorgd | Een voorbeeld van overbezorgd is wanneer ik bang ben dat iemand zijn werk niet af krijgt dat ik mij er teveel mee ga bemoeien. Dit zorgt ervoor dat de persoon geïrriteerd raakt. |
| - | - |
| - | - |

Threats / Valkuilen

| Jouw valkuilen Waar in schiet je door als je je kwaliteiten te veel inzet? | Voorbeelden van situaties/ervaringen waarin je valkuilen zich openbaarden |
|---|---|
|---|---|

| | |
|-------------------|--|
| Goedvertrouwen | Aangemeld voor een stageprogramma. Werd verteld dat ik mee deed. Hierdoor ging ik niet verder zoeken. Vervolgens kreeg ik de mededeling dat ik niet mee kon doen. Doordat ik te goedvertrouwd was ging ik er vanuit dat ik mee kon doen. |
| Bemoeizuchtig | Met betrekking tot het project dat ik de hele tijd vraag naar de status van de opdracht. Hierin schuilt het risico dat ik te veel betrokken raakt bij de problemen van anderen, waardoor het kan lijken alsof ik mij opdring of er te veel ermee bemoei. |
| Perfectionistisch | Bijvoorbeeld met een opdracht van school. Dit zorgt ervoor dat het onnodig langer duurt. Terwijl het al goed is. |
| - | - |
| - | - |

| 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. |
| Behulpzaam | Bij behulpzaam zou ik mij willen ontwikkelen in het Zelfstandigheid bevorderen. Wanneer ik mensen help zonder hun zelfstandigheid en eigen verantwoordelijkheid laat verminderen. Dit wil ik in kleine stapjes doen. Ik wil in een 3 maanden wel graag verschil zien. Dit omdat het mij dan ook verder motiveert om er mee door te gaan. |
| Efficiëntie | Efficiënter te worden in het uitvoeren van taken, zonder daarbij de kwaliteit en nauwkeurigheid uit het oog te verliezen. Dit is zeker handig met school opdrachten. Dit wil ik aanpakken door nieuwe strategieën toe te passen. Doordat ik dit al een lange tijd doe wil ik kleine stapjes zetten. En elke keer bekijken hoe het gaat. |
| overbezorgd | Een voorbeeld van overbezorgd is wanneer ik bang ben dat iemand zijn werk niet af krijgt dat ik mij er teveel mee ga bemoeien. Dit zorgt ervoor dat de persoon geïrriteerd raakt. Dit wil ik aanpassen door wat afstand te nemen. Dit ga ik proberen. Dit wil ik in een aanzienbare tijd aanpassen. Denk daarbij aan 2 maanden. |
| - | - |
| - | - |

Netwerken

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":[0,2,5],"explanation":"Het is een hulpmiddel voor jou en het bedrijf. Hierdoor kunnen ze in 1 oogopslag zien wat jij te bieden hebt en welke opleidingen jij gevolgd hebt."}`

Als je LinkedIn niet wilt gebruiken: waarom is dat?

NVT

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

NVT

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.

Alle onderdelen waren nieuw voor mij. Heb hiervoor nooit met LinkedIn gewerkt. Dit is erg makkelijk om zo mijn eigen netwerk te vergroten. Op mijn profiel kan ik mijn ervaringen en opleidingen delen.