

# Pop-sessie

## Feedback & reflecteren

### Situatie 1:

- In het 6<sup>e</sup> middelbaar werd er van ons verwacht om een groepsopdracht voor geschiedenis voor te bereiden waarbij we een paper moesten schrijven en een presentatie moesten geven. Mijn taken waren lay-out van de PowerPoint, een onderdeel van de paper en erop letten dat alles op tijd werd ingediend.

#### 1. Situatie

Een groepsopdracht van het vak geschiedenis maken en een verzorgde paper schrijven met bijhorende presentatie.

#### 2. Taken

Ik zorgde voor een propere lay-out van de PowerPoint en ik maakte mijn deel van de paper zorgvuldig. Ook lette ik erop dat alles op tijd was ingeleverd.

#### 3. Actie

Ik onderzocht mijn bronnen en zorgde voor een propere tekst van 300 woorden. Ik gaf aan wanneer de andere van de groep klaar zouden moeten met hun deel zodat ik daarna de lay-out van de PowerPoint kon voorzien, iedereen zorgde er wel zelf voor dat hun onderdeel van de paper op de juiste slides stond van de PowerPoint voor de presentatie.

#### 4. Resultaat

Alles was op tijd ingediend maar volgens onze leerkracht hadden we niet goed genoeg samengewerkt om alles in één mooi geheel te krijgen. Onze presentatie was ook volgens hen te verwarrend. Omdat je zag wie zijn deel had gedaan en omdat het geen doorlopende vlotte presentatie was.

#### 5. Reflectie

Ik had samen met mijn groep het op tijd ingediend maar we hadden meer moeten samen werken. Onze communicatie is ook niet goed verlopen en ik had beter aangegeven dat we een keer bij elkaar moesten komen om de opdracht te bespreken en wat er eventueel nog moet aangepast worden.

## **Situatie 2:**

- In mijn 2e jaar van mijn opleiding Beeldende kunsten werkte we met heel de klas samen aan een project waarbij iedereen van een eigen museumruimte moesten maken op schaal met onze eigen werken die we de afgelopen jaren hebben gemaakt en een aantal van ons waren ook verantwoordelijk voor een lift of trap, bankjes in de ruimtes, bomen voor bij het gebouw, ... Van deze opdracht was ik ook leider.

### **1. Situatie**

Een klasproject waarbij we een museum moesten ontwerpen met al de werken van de afgelopen jaren.

### **2. Taken**

Ik was verantwoordelijk om nog met 2 andere een trap te voorzien, ik zorgde ook voor mijn museumruimte met al mijn werken en voor de inkleding van die ruimte. Iedereen zijn juiste taak geven als leider.

### **3. Actie**

Ik werkte aan mijn maquette die ik op schaal maakte, wanneer die klaar was zorgde in voor een mooie inkleding voor mijn museumruimte. Daarna werkte ik in een groepje verder aan de trap die wij hadden voorzien voor het gebouw.

### **4. Resultaat**

De opdracht was jammer niet op tijd af, omdat niet iedereen op hetzelfde tempo werkt. Mijn eigen deel was wel klaar.

### **5. Reflectie**

Als ik de deadline in het oog had gehouden dan had ik de andere die niet af waren kunnen helpen met hun ruimte op tijd af te hebben. Ik had misschien als leider ook meer moeten communiceren over de deadline dat die bijna inzicht was.

## Motivatie & kernwaarde

### Vraag 1:

**Welke factoren laten je beginnen aan een activiteit (karwei/taak) op het werk, op school of thuis die zwaar/lastig/saai is?**

-Als er bijvoorbeeld een deadline aan vast hangt. Ik vind ook hoe sneller je er aan begint, hoe sneller het klaar is.

**Je mag kiezen op welk tijdstip van de dag je deze activiteiten/klusjes uitvoert.**

Wanneer doe je liever saaie klusjes?

☐ in de ochtend

☒ voor de lunch

☐ na de lunch

☐ tijdens de middag

☐ in de avond

☐ 's nachts

**Je mag kiezen met wie je samenwerkt.**

Hoe werk je het liefst?

☐ alleen

☒ met één of twee anderen

☐ in een grotere groep

**Je kan iets verdienen als je de activiteit start en beëindigt of je zou iets kunnen verliezen als je dat niet doet.**

Welke van deze winsten of verliezen zouden je het meest kunnen helpen?

☒ materiële of financiële winst

☐ een kans op eigen ontwikkeling

☒ een kans op een betere baan/positie

☐ betere werkomstandigheden

☐ populariteit

☐ waardering van andere mensen

☒ een risico op een werkachterstand

☐ Het risico om voor een meerdere te moeten staan en uit te leggen

waarom je het werk niet hebt gedaan.

☐ Andere winsten of verliezen, welke?

.....

☐ Het helpt als je zelf verwachtingen hebt over het resultaat?

☐ Het helpt als je verwachtingen hebt van andere mensen over het resultaat?

☐ Het helpt je om een beslissing te nemen en door te gaan, of je nu gemotiveerd bent of niet?

☐ Het helpt als je een deadline hebt?

☐ Andere factoren, welke?

.....

Vraag 2:

**Welke factoren doen je van gedacht veranderen, ook al had je reeds besloten om te beginnen aan een activiteit/karwei?**

☐ onkosten-geldverlies

☒ geen tijd

☒ familiale verplichtingen/verwachtingen

☒ vermoeidheid

☐ slechte gezondheid

☐ te hoge verwachtingen/doelstellingen

☐ geen steun van vrienden of familie

☐ Andere factoren, welke?

.....

Vraag 3

**Wat zou je ondanks alles toch doen starten?**

☐ allerlei bedreigingen

☐ Het voelt uiteindelijk beter om door te gaan met de actie dan nog langer te wachten.

☒ deadlines

☐ Je weet dat je je geïnspireerd zal voelen als je gewoon begint.

☐ Je weet dat je zal veel leren tijdens het proces.

☐ invloed van collega's of klanten

☒ Eerdere ervaringen waar je je tevreden over voelde.

☐ Andere redenen, welke?

.....

## Hoe ontdek ik mijn kernwaarden?

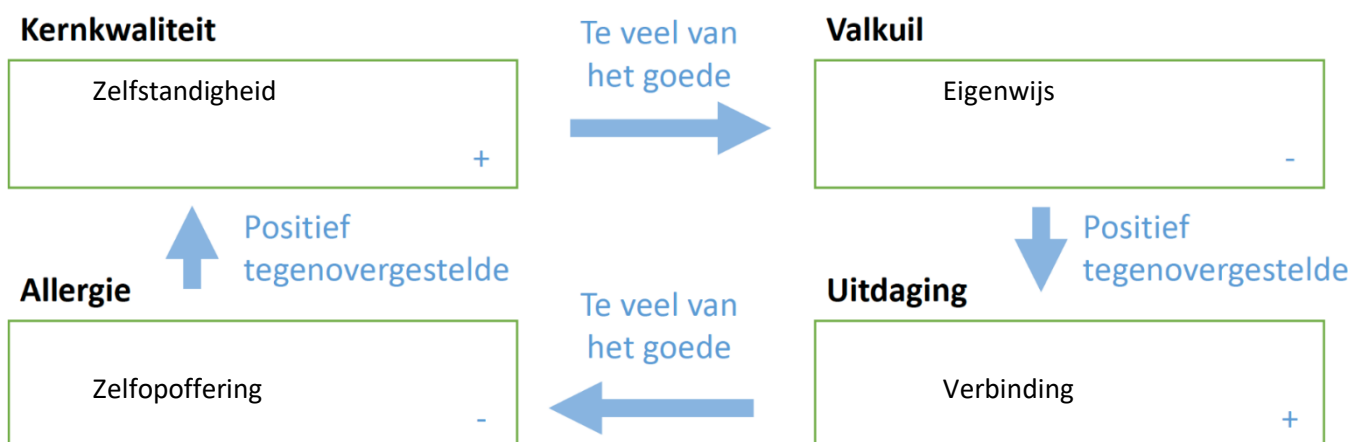
### 1. Wat maakte mij gelukkig en tevreden?

- Elk jaar wanneer ik naar het Landbouwweekend ga samen met mijn gezin maakt mij gelukkig. Het betekent voor mij veel omdat dat één van de weinige momenten zijn dat wij onder het gezin weggaan op vakantie. Het zien van al de landbouwmachines en de boerderijen die daar aanwezig waren met een marktkraam die huisbereide dingen meebrachten was een grote rol. Zelf ben ik heel graag bezig met de landbouw ook omdat ik zelf rijd met een tractor en mijn rijbewijs heb behaald.
- De dag dat ik mijn kat heb gekregen was één van de gelukkigste dagen van mijn leven, hiervoor had ik een andere kat maar die is spijtig genoeg verdwenen. Samen met mijn vader ben ik 2 katjes gaan halen één voor mij en de andere was voor mijn zus. Dit moment was heel belangrijk voor mij omdat ik mijn eerste kat kwijt was en heel veel verdriet had, ik ben een persoon die behoorlijk snel gehecht is aan iets en ik hou ook heel veel van dieren voornamelijk katten. Doordat ik zo van dieren hou maakte dit moment mij super gelukkig.

### 2. Wat maakte mij trots?

- Op dit moment is de trotse dag van mijn leven de dag dat ik uiteindelijk mijn tractor rijbewijs behaalde waardoor ik vanaf dan op de weg mocht rijden.

1. Familie
2. Gezondheid
3. Respect
4. Geluk
5. Vriendschap
6. Orde
7. Nieuwsgierig



## Personal branding



### Lorena

casual  
chique

bussines  
look

"fancy"  
werktas

zelfstandig

Hard  
werkend

creatief

vriendelijk

sociaal

Doelgericht







