**P ersoonlijk O ntwikkelings P lan**   
**Reflecteren**

**School ervaringen :**

Ervaring 1=   
**Spiraalmodel van Korthagen**

korte uitleg   
  
De eerste week van school was al zeker heftig het was druk en vooral allemaal nieuw.  
Ook al wist ik wel waar ik moest zijn vond ik het toch soms lastig voor alle lokalen terug te vinden  
door de drukte. De cafetaria had ik ook vooral niet gemist en de aula’s die over vol zaten ook niet. Wel ben ik benieuwd welke nieuwe dingen dat ik ga bijleren en vooral de nieuwe vakken.  
  
De omgeving was de schoolcafetaria en de gangen, wat meestal ook super druk is je geraakt er soms gefrustreerd van en gestresseerd door de drukte. Wat ik meestal dan doe is bijvoorbeeld in de cafetaria is extra uitkijken en elkaar genoeg de ruimte geven. En in de klas is dat vooral rustig blijven en op te letten.   
  
Ik geloof er ook in dat ik meer met de drukte zal kunnen omgaan wanneer dat ik het gewoon word. En ook dat ik nieuwe mensen ga ontmoeten en leren kennen.   
Ik zie mezelf nog wel openbloeien maar dat zal met de weken duren tot dat ik me echt op mijn gemak zal voelen en of minder mezelf ga druk maken dat de cafetaria vol zit en of de klassen zelf.

Bij de drukte voel ik me vaak wel bij betrokken omdat de wachtrijen wel lang kunnen worden.  
Net zoals de gangen druk kunnen zijn en ik ga nog naar school dus ik zal er nog even in moeten zitten.

**Omgeving** : schoolcafetaria en de gangen,

**Gedrag :** gefrustreerd, gestresseerd

**Competities** : De drukte (andere leerlingen)

**Overtuigingen** : Met de drukte om leren gaan.

**Identiteit :** minder mezelf ga druk maken en respectvol blijven daar medestudenten toe.

**Betrokkenheid** : Ik ga naar school dus betrokken zal ik er altijd bijzijn maar ik doe het als doel een diploma te krijgen. En vooral veel kennis + leerstof.

Ervaring 2 =  
**STARR methode.**

korte uitleg   
  
 De lessen waren een hele ervaring omdat ik zelf een IT heb kon ik niet alle lessen het vorige semester doen dus nu neem ik alle vakken op en dat was toch even een hele aanpassing.  
Ook ik vind het al wel zeer interessant maar ook moeilijk ik leerde voor het eerst Web en Scripting kennen.   
 Ik hoop aan het einde van de week dat ik er beter mee weg zal zijn omdat ik het wel toffe programma’s vind. De eerste paar lessen waren dus in het begin een en al stress omdat het echt in het begin onmogelijk lijkte maar achteraf als ik thuis kom en het beter bekijk valt het eigenlijk wel mee. Ik moet me minder opjagen en gewoon opletten in de klas en dan komt het wel goed.

**Situatie :** De lessen  
**Taak** : het leren kennen het proberen te begrijpen en hopelijk er beter in te worden.  
  
**Actie :** Thuis de leerstof te herbekijken en mij in de klas minder op te jagen.  
  
**Resultaat :** Achteraf heeft het wel gewerkt om thuis te komen en mij te realiseren dat het wel mogelijk is want in de klas zag ik dat nog even niet goedkomen.  
  
**Reflectie :** ik heb er van geleerd om me minder direct druk te maken in dingen waarvan ik niet de controle over heb. Ook het proberen los te laten en op te lossen wanneer dat het nodig is.