

Naam: Jelte Swinnen

Klas: 1SNEa

POP: opdracht reflecteren

Situatie 1 volgens cyclisch reflectiemodel van Kolb

Fase 1: concreet ervaren

Wat was belangrijk in de situatie? Wat deed ik in de situatie? Wat voelde/ervaarde ik?

Ik moest mijn GIP presenteren vorig jaar. Ik had wel stress ervoor maar mijn project was klaar en werkte dus dat gaf me wel een soort zekerheid.

Het was belangrijk dat ik alle informatie duidelijk vertelde aan de leerkracht.

Fase 2: waarnemen en overdenken (reflecteren)

Welke competenties heb ik ingezet? Welke eigenschappen speelden in mijn nadeel of voordeel? Wat was mijn originele doel? Wat vind ik zelf belangrijk? Heb ik daarnaar gehandeld?

Technische bekwaamheid, spreekvaardigheid, creativiteit en durf heb ik ingezet.

Bescheidenheid speelde in mijn nadeel maar doelgericht speelde in mijn voordeel. Mijn doel was om het goed uit te leggen aan de leerkracht en heb ik zo goed mogelijk gedaan.

Fase 3: abstracte begripsvorming

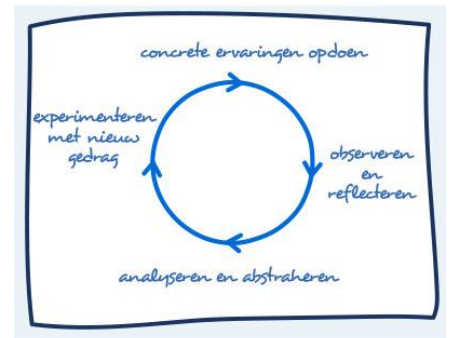
Welke competenties dien ik verder te ontwikkelen? Wat ga ik volgende keer anders doen? Wat wil ik verder bereiken?

Ik moet nog werken aan spreekvaardigheid want soms spreek ik niet vloeiend of blijf ik hangen. Ik ga proberen meer in te zetten op voorbereiding volgende keer zodat ik minder moet nadenken tijdens het spreken. Ik wil vloeiend en zonder stress een presentatie kunnen geven.

Fase 4: actief experimenteren → terug naar fase 1

Wanneer kan ik actief experimenteren? Bij welke concrete gelegenheid?

Bij een volgende presentatie of projectvoorstelling.



Situatie 2 volgens STARR-methode

Situatie: Wat is de situatie?

Wanneer speelde de situatie zich af? Wat speelde er? Wie waren erbij betrokken?

De situatie speelde zich af in oktober 2021 en ik ging solliciteren voor een studentenjob als ober bij een restaurant in de buurt. We hadden afgesproken via Messenger om naar de bar te komen. De betrokkenen waren ik en de baas van het restaurant.



Taak: Wat was je taak?

Wat was je rol? Wat wilde je bereiken? Wat werd er van je verwacht/Wat verwachtte je van jezelf in deze situatie?

Ik wou graag de job krijgen om wat extra geld te verdienen in het weekend. Ik moest zeggen waar ik woonde, wanneer ik kon werken, wat mijn interesses waren enz. Voor het gesprek hoopte ik dat ik rustig kon blijven en een goede eerste indruk kon maken.

Actie: Hoe heb je het aangepakt en waarom?

Hoe pakte je het aan? Waarom heb je het zo aangepakt?

Ik probeerde zoveel mogelijk mezelf te zijn omdat je op lange termijn het niet volhoudt om te 'faken' wie je bent.

Resultaat: Heeft het gewerkt en waarom?

Heeft het gewerkt? Waarom wel/waarom niet?

Ja, ik was tijdens het gesprek heel rustig en ik heb de job gekregen. Ik denk dat het gelukt is omdat ik goed pas in de job beschrijving en omdat er een personeelstekort was.

Reflectie: Wat heb je ervan geleerd?

Hoe vond je dat je het hebt gedaan? Was je tevreden met de resultaten? Wat is de essentie van wat je geleerd hebt? Wat zou je de volgende keer eventueel anders of beter doen? Kun je wat je hebt geleerd ook toepassen in andere situaties?

Ik vind dat ik het toen goed heb aangepakt want ik werk er nu nog steeds en heb zeer goede ervaring gehad door daar te werken. Ik ben zeer tevreden met de resultaten alleen moet ik nog werken aan meer oogcontact te maken met de persoon waar ik tegen praat want ik kijk vaak weg. Ik denk dat ik het de volgende keer hetzelfde zou aanpakken maar proberen meer oogcontact te maken. Omdat het goed gelukt is toen zou ik het zeker ook toepassen als ik opnieuw moet solliciteren.

