Tycho Brakenhoff

26-09-2022

Eefje Gijzen

Smart doelen opstellen.

Ik wil graag een meer vaste manier van werken uittesten en vasthouden wat werkt.

Dit houdt in dat ik ga kijken naar tijden wanneer ik werk, waar ik werk, wat voor omgeving er nodig is zodat ik beter aan mijn werk kan werken.

S: Ik wil een vaste structuur creëren waar ik me aan kan houden als ik aan iets moet werken.

M: Aan het einde zal ik als het goed is een duidelijke manier gevonden hebben waarop ik kan werken.

A: Ik vind dit heel belangrijk omdat ik gemerkt heb dat wanneer ik zonder een vaste structuur werk dat ik weinig en/of slecht werk oplever. Op mijn vorige opleiding had ik voor een tijdje een soort structuur maar dat is nu weer verdwenen.

R: Het doel is om een manier van werken op te zetten wat goed werkt. Het kan misschien zijn dat ik niet iets vind dat helemaal werkt maar ik zal sowieso wel tips vinden hoe ik het ieder geval beter kan maken.

T: Ik ga in de aankomende paar dagen een document opzetten met alles wat ik wil proberen en daarna ga ik mezelf 2 tot 3 weken de tijd geven om alles uit te testen.

## Ik wil graag over de aankomende weken verschillende manieren van leren gaan uit testen zodat ik een goede manier vind waar ik mee kan werken.

Dit houdt in dat ik specifiek ga kijken naar manieren waarop je kunt leren en of ik er een kan vinden waarmee ik goed kan werken.

S: Ik wil een manier van leren vinden waarmee ik beter kan leren.

M: Als ik aan het einde een manier heb waarmee ik beter kan leren dan heb ik mijn doel behaald.

A: Ik heb nooit een fatsoenlijke manier gevonden waarop ik kan werken, en als ik misschien meer duidelijk krijg in wat wel of absoluut niet werkt kan ik dat toepassen.

R: Het is de bedoeling dat ik een manier vind waarmee ik goed kan werken maar het kan ook zijn dat ik niks vind dat beter werkt, als dit zo is kan ik die ieder geval wel wegstrepen dat ik heb op z’n minst heb geprobeerd.

T: Ik ga in de aankomende dagen een document opzetten met alles wat ik wil proberen en dat ga ik aankomende 2 tot 3 weken uit testen.

## Ik wil een lijst gaan opschrijven wat voor mij belemmeringen zijn op mijn werk.

S: Ik wil een lijst maken met alles wat mij belemmerd met het maken van mijn werk zodat ik daar later iets aan kan doen.

M: Ik zal als ik klaar ben een document hebben waar ik mee aan de slag kan gaan.

A: Ik vind dit zelf belangrijk sinds ik wel ongeveer weet wat er gebeurt maar als ik meer concreet dingen heb kan ik op een minder sporadische manier eraan werken.

R: Een document opzetten is niet heel moeilijk maar het volledig eerlijk zijn met het opschrijven is soms moeilijker dan het lijkt. Dus ik als ik klaar ben dan heb ik een document

T: Dit document ga ik doorgaans aankomende weken aanvullen op school en thuis. Dit zal ik voor ongeveer 2 weken doen (en daarna ga ik zelf aan de punten werken als dat kan).

## Ik wil een betere planning bijhouden in een agenda zodat ik een beter overzicht heb.

S: Ik wil over een langere periode een betere planning bijhouden zodat ik geen deadlines of afspraken over het hoofd zie.

M: Als ik goed mijn agenda bij hou zou ik zelf minder stress moeten ervaren omdat ik weer eens iets over het hoofd heb gezien of iets ben vergeten.

A: Ik raak altijd veel te snel gestrest en ik wil dit graag verminderen zodat mijn mentale welzijn weer wat beter wordt. Naast dit zal het ook helpen met mijn opleiding fatsoenlijk bij te houden.

R: Dit zou te doen moeten zijn als ik ervoor zorg dat ik het actief bij hou.

T: Dit wil ik eigenlijk dit volledige school jaar willen blijven doen.