1. **Wie ben ik?**

Tegenwoordig is het steeds belangrijker dat jij jezelf kan profileren. Oftewel, wie ben jij? Wat kan je en wat wil je? Dit vinden we vaak niet makkelijk omdat je jezelf een spiegel voor moet houden. Toch is het belangrijk om voor jezelf zo duidelijk mogelijk in kaart te brengen wie jij nou eigenlijk bent.

Je hebt al een begin gemaakt met het opnemen van jouw pitch. Een pitch is vak gericht op een zakelijk aspect. Nu gaan we meer naar jou, als individu, kijken.

Je neemt een blanco A4tje en daar ga je het volgende mee doen:

* Teken een poppetje (dit mag in de stijl zoals jij dat wilt) die symbool staat voor jou. (je wordt niet beoordeeld op jouw teken kunsten.
* Zet drie lijnen horizontaal door het blad. Lijn 1 ter hoogte van je nek, lijn 2 ter hoogte van je middel en lijn 3 ter hoogte van je knieën.
* Nu is jouw bladje verdeeld in 4 vlakken. In deze vlakken ga je het volgende schrijven en/of tekenen, **vanuit jouzelf als de ‘ideale’ werknemer.**

1. Bij je hoofd schrijf/teken je alles waar jij in je hoofd mee bezig bent. Waar denk jij over na? Waar maak je je druk over? Waar zijn jouw gedachten zoal?
2. Bij je torso schrijf/teken je alles waar je hart mee bezig is. Wat is voor jou belangrijk? Waar droom je van, waar ben je letterlijk hartstochtelijk over?
3. Bij je billen schrijf/teken je alles waar jij schijt aan hebt? Welke dingen kunnen of mogen echt niet? Wat vind jij slecht of erg? Waar ligt de grens?
4. Bij je voeten schrijf/teken je alles waar jij voor staat. Wat zijn belangrijke normen en waarden? Wat wil je uitdragen en vind je belangrijk dat andere dat weten of er ook mee bezig gaan?

**Maak een foto van jouw tekening en lever deze tekening in in n@tschool in de inlevermap ‘Tekening’**

1. **De W’s**

Je hebt er vast weleens van gehoord de W’s; 3, 4, 5, 6 of 7. Een belangrijk communicatie ‘trucje’ bij het samenwerken, een publicatie, het organiseren, een formele afspraak, een overdracht of gewoon een avondje stappen. Indien je dit toepast kan het bijna niet meer misgaan, behalve als je hiervan afwijkt. Nu kan dit ook belangrijk zijn bij zelfreflectie; stel jezelf maar eens vragen, meestal komt dan 1 van de W’s om de hoek kijken of uit de lucht vallen. De een heeft dit als eens gedaan op school, werk, bij de sportclub of tijdens therapie, maar dit kun je ook onbewust doen als je iets vervelends of juist iets vrolijks hebt meegemaakt. Ga dan je bij je zelf te rade: Waarom of hoe heeft dit kunnen gebeuren? Wie was hierbij betrokken? Wat is er precies gebeurd en wanneer? Hoe meer impact een gebeurtenis heeft gehad op jouw leven, hoe ‘diepzinniger’ de W’s zijn. Maar ook de W’s aan de oppervlakte blijven belangrijk. De volgende opdracht gaat hierover.

Noteer 5 ‘bijzondere’ serieuze situaties uit je leven waar je kracht, inspiratie, vreugde, verdriet of een ander sterk gevoel bij hebt gehad en die jou gevormd hebben in de persoon die jij nu bent.

*(Voorbeeld uitwerking)*

Wie :

Wat :

Waar :

Wanneer :

Waarom :

Hoe :

1. **Individuen en samenwerken**

Als individu is een ieder uniek, de een heeft een vlotte babbel, de ander is uitermate geschikt om achter de schermen te werken, maar in elk team kunnen functioneren, is bijna onmogelijk, want karakters botsen weleens. Maar wat kun je hier aan doen.?

Dat klinkt eenvoudig maar je hebt vast weleens gehoord over: even tot tien tellen, loslaten … loslaten, dat parkeren we wel even, ik ga niet bij hem/haar in het team, laat ik dat maar niet doen/zeggen, want anders…

Toch zijn er tal van oplossingen, maar daar moet je wel voor open staan; en dat is hetgeen wat voor sommigen als een probleem wordt gezien, maar voor anderen als een ‘uitdaging’. Als iets anders gaat, dan je verwacht of als je op het laatste moment van koers moet veranderen, terwijl alles al bijna afgerond was, wat doe je dan?

Noteer bij elke situatie in een paar goede volzinnen wat jij zou doen?

* Je houdt een feestje voor jouw familie (ongeveer 20 personen) en bereidt samen met 3 á 4 vrienden een gerecht, waar je 2 dagen druk mee bent. Een dag voor het feest belt een tante op om te zeggen dat niemand dol is op het gerecht wat jullie hebben gemaakt.
* Met je team ben je anderhalve week aan het kamperen in de Ardennen; de eerste 2 dagen was het lekker zonnig. De afgelopen 3 dagen is het regen, regen en nog eens regen. Bijna niemand heeft nog droge kleren, maar overmorgen wordt het weer droog het dichtstbijzijnde dorpje (met winkels en treinstation) ligt 15 kilometer verderop.
* Samen met jouw privé-piloot, maak je een noodlanding in de Sahara. Wonder boven wonder overleven jullie de crash. Van het vliegtuigje is er niets meer van over, wel 2 koffers met daarin: een kompas, een fles rum, een verbandtrommel, een pistool, 2 liter water, een leren vliegeniersjas, gymschoenen, een blikje hondenvoer, een spiegel, lippenstift, 3 partypoppers, een fles melk, een gedeelte van een kaart van het gebied en een zakmes. Welke 3 dingen neem je mee of denk jij nodig te hebben ter overleving en wat ga je hiermee doen?

1. **Planning!**

Iedere student/docent heeft er, bewust of onbewust, mee te maken; *een planning!*

Er zijn verschillende vaste planners online aanwezig, maar dat zijn formats die niet iedereen aanspreekt. Zelf alles opschrijven is vaak het beste hulpmiddel indien je moeite ondervindt met plannen. De volgende vragen gaan hierover.

1. Welk hulpmiddel gebruik jij om te plannen?
2. Wanneer heb je baat gehad bij het plannen tijdens, school, vrije tijd, uitgaan, hobby, werk, sport, etc. Omschrijf jouw voorbeeld?
3. Heb je wel eens een dubbele afspraak gemaakt? Hoe kwam dat en wat was dit?
4. Vind je het moeilijk om nee te zeggen tegen;

* Je huiswerk/opleiding
* Je ouders/verzorgers/familie
* Je vrienden
* Instanties

1. Je gaat nu ‘fictief’ werken aan een planning.

Je organiseert voor de ‘Endoor opleiding ICT’ een feest. Naast dat je een ‘volledige’ planning maakt, ontwerp je ook een plattegrond/infographic van het gebeuren. Het feest vindt in september plaats. Denk hierbij aan hoeveel tijd je nodig hebt, locatie, vrijwilligers, eten en drinken, muziek, een invulling van het ‘programma’ en een plan B.

1. **Presenteren kan je leren.**

Presenteren, de één draait zijn hand er niet voor om, om voor een grote groep te spreken terwijl de ander het liefst zich in een hoekje verstopt. Toch is het voor iedereen belangrijk om veel te oefenen met spreken voor andere mensen. Of het nou gaat om een kleine of grote groep mensen.

Jezelf neer durven en kunnen zetten is van onschatbare waarde. Ook al zal het voor sommige nooit een hobby worden, is het ontzettend fijn wanneer je in elke situatie op durft te staan en een goed verhaal kan houden.

Daarom oefenen we in deze les veel met presenteren (het spreken voor andere is nu lastig maar spreken voor een camera kan soms net zo ingewikkeld zijn).

Belangrijk om te weten is dat iedereen het spannend vindt (ook al zeggen ze van niet) en dat het beter is om te proberen, te oefenen en te ervaren dan niets te doen. Als je niets doet weet je één ding zeker, er zal niets veranderen.

De opdracht is als volgt:

Je gaat een korte ‘presentatie’ geven over een actueel onderwerp. Iets waar jij een duidelijke mening over hebt. Jouw presentatie moet aan de volgende voorwaarde voldoen:

1. Je neemt de presentatie op.
2. Je kiest zelf een onderwerp (een actueel thema).
3. De inhoud bevat een stukje theorie over het onderwerp.
4. De inhoud bevat jouw mening over het onderwerp.
5. Naast jouw eigen mening moet je ook een tegenovergestelde mening kunnen laten horen en weerleggen.
6. Voeg concrete voorbeelden toe.

**Deze presentatie lever je in in N@tschool in de inlevermap ‘Presentatie over een actueel onderwerp.’.**