

POP - Kernwaarden

Wat maakt mij gelukkig en tevreden?

1. De geboortes van mijn kinderen.
 - Samen met mijn vrouw.
 - Dit waren de mooiste momenten in mijn leven omdat het gevoel wat ik daar heb ervaren nog nooit had meegemaakt.
 - Het maakte mij gelukkig om mijn eigen dochters op de wereld kwamen.
2. Ons huwelijk.
 - Aan het trouwen
 - Met mijn toenmalige vriendin, huidige vrouw.
 - Omdat we met heel de familie samen onze liefde voor elkaar konden delen
 - Het geluk zat hem in al de jaren die we al samen waren en op die dag officieel maakten in het bijzijn van familie en vrienden.
3. Kanker overwinnen.
 - Ook hier stond mijn vrouw aan mijn zijde.
 - Dit betekende dat mijn leven verder zou gaan.

Wat maakt me trots?

1. De eerste schooldag van mijn dochter.
 - Omdat ons dochtertje zo snel en goed groot werd en omdat ze de kleuterklas zonder problemen had afgewerkt. Dit was ook terug mijn eerste schooldag na een intensieve ziekteperiode.
 - Mijn eigen vlees en bloed en de opvoeding die wij voor haar bieden.
 - Wederom samen met mijn vrouw.
2. De eerste stappen van mijn dochters.
 - De eerste stappen van onze eerste dochter waren tevens ook mijn eerste stappen terug na een intensieve ziekteperiode.
 - Onze dochter zien op te groeien. Beseffen dat ze niet klein blijven en dat dit een mijlpaal in hun leven als baby zijn.
 - Ook hier weer mijn vrouw
3. Mijn diploma ICT & administratie behalen en kiezen voor een verdere opleiding binnen de PXL
 - Het was niet evident om op latere leeftijd terug te gaan studeren.
 - Het behalen van dit diploma heb ik hard voor gewerkt en was dus ook een geweldige prestatie
 - Mijn gezin

123 test persoonlijke waarden

De toplijst van je persoonlijke waarden is:

1. Familie
2. Gezondheid

Tot nu toe hebben er 165793 mensen deze test gedaan. Hieronder vind je de top vijf van de persoonlijke waarden die door deze mensen als beste persoonlijke waarde werd beschouwd.

Prioriteren van mijn waarden

1. Familie
2. Gezondheid
3. Nieuwsgierigheid
4. Creativiteit

Integriteitscheck

- Ik ben zeker trots deze lijst van kernwaarden
- Ik ben er vrij zeker van dat mensen rondom mij het eens zijn met deze waarden
- Ik heb het gevoel dat er voor mij nog veel andere waarden van toepassing zijn en zeker diegene op de 3^{de} plaats
- Zeker voor de eerste 2 kernwaarden.

Kernkwadranten

Waarde 1

Kernkwaliteit: familie.

- Ik hecht grote waarde aan de sterke band binnen mijn familie en ben dan ook altijd bereid om tijd en moeite te investeren in het onderhoud van deze relaties.
- Family comes first!! Dit is de bron van liefde, steun en betekenis in mijn leven

Valkuil: Opoffering.

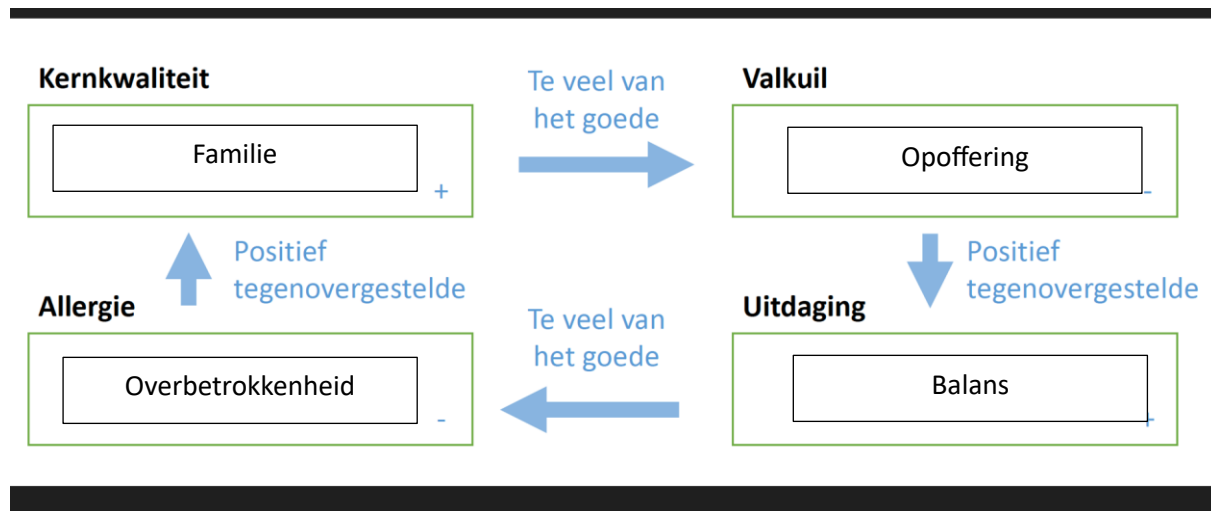
- Soms iets teveel opoffering voor mijn familie kan ten koste gaan van mijn eigen behoeften en wensen. Het kan leiden tot stress, overbelasting of verwaarlozing van mijn eigen leven en doelen

Uitdaging: Balans.

- Een gezonde balans tussen mijn eigen behoeften en die van mijn familie is de key. Het is van belang om eigen doelen en behoeften niet uit het oog te verliezen terwijl ik ook voor mijn dierbaren kan zorgen.
- Grenzen stellen is van belang om te voorkomen dat er teveel opoffering gebeurt.

Allergie: overbetrokkenheid

- Het frustreert me wanneer ik het gevoel krijg dat iemand zich bemoeit met mijn familiezaken
- Ik ben allergisch voor mensen die ongevraagd advies geven over wat er binnen mijn familie gebeurt



Waarde 2

Kernkwaliteit: Gezondheid

- Ik heb een bepaalde focus wat betreft een gezonde levensstijl en het zorgen voor mentale en fysieke welzijn.
- Lichaamsbeweging, stressbeheersing en algemene gezondheid staan voor mij hoog in het vaandel.

Valkuil: Perfectionisme.

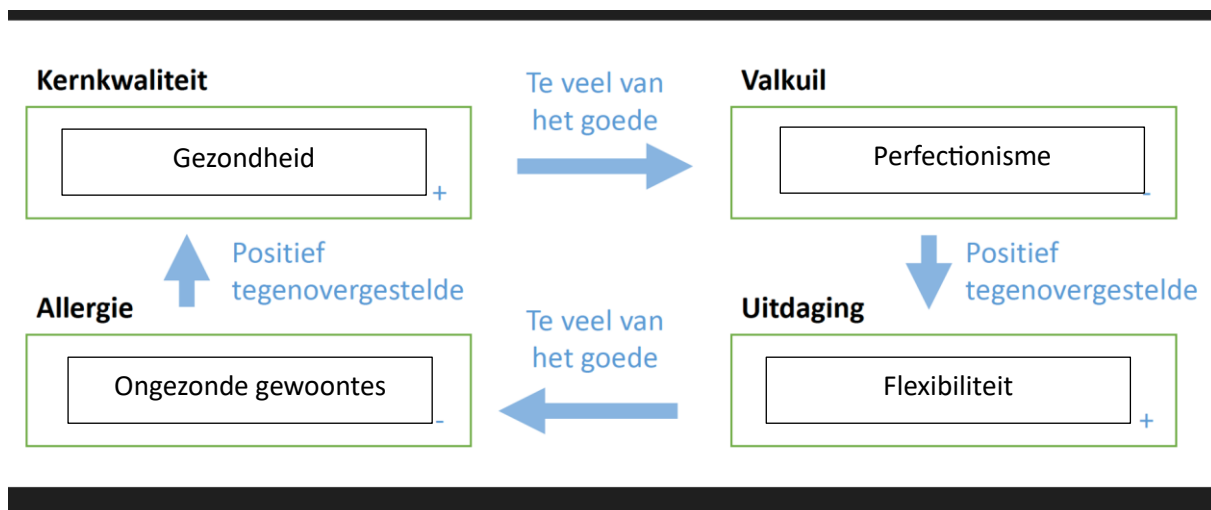
- Soms hecht ik iets teveel belang aan het streven naar een gezonde levensstijl. Ik kan kritisch zijn naar mezelf en andere als het gaat om lichaamsbeweging en het mentale effect van deze.

Uitdaging: Flexibiliteit.

- Ik zou kunnen werken aan het ontwikkelen van flexibiliteit in mijn benadering naar mijn gezondheid. Het kan me leren om niet te hard te zijn voor mezelf en andere die niet dezelfde gewoontes hebben dan ik.
- Een Gebalanceerde benadering van alle aspecten omtrent gezondheid lijkt me hier de key.

Allergie: Ongezonde gewoontes.

- Situaties waarin ongezonde gewoontes worden gestimuleerd kan mij frustreren.



Waarde 3

Kernkwaliteit: Nieuwsgierigheid.

- Ik heb een sterke drang om te leren en te ontdekken en heb grote interesse in verschillende onderwerpen.
- Ik ben zeer open-minded, onderzoekend en enthousiast om nieuwe dingen te proberen

Valkuil: Onrustigheid

- Mijn nieuwsgierigheid kan leiden tot veel dingen tegelijk te doen wat dan weer een gevoel van onrust kan opwekken.
- Gevolgen hier van kunnen zijn dat ik wat moeite heb om te focussen op 1 taak of doel omdat ik steeds op zoek ben naar nieuwe prikkels

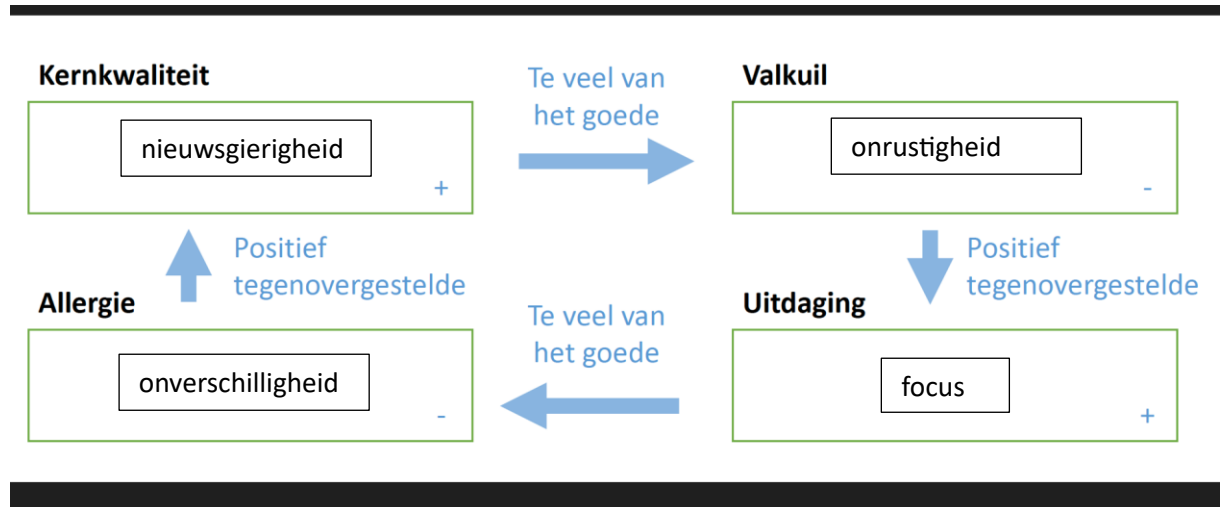
Uitdaging: Focus

- Het behouden van mijn focus is de key.

Allergie: Onverschilligheid

- Onverschilligheid bij mensen die leren en verkennen zou voor een allergie kunnen zorgen

Finalizeren



Weergave kernwaarden



Korte paragrafen

Neem de Allergieën uit je kernkwadranten en schrijf kort een paragraaf over een situatie waar je in contact kwam met deze allergie;

Situatieschets? hoe heb je de situatie afgehandeld? hoe zou je dat nu doen? Wat zou je van die persoon kunnen leren?

Allergie waarde 1

In een bepaald gesprek met een kennis kwam er een familiekwestie naar boven waarin deze kennis aangaf dat er onderling wat ruzie heerste tussen deze persoon en zijn vader. Ik kon niet vatten dat deze kleine discussie kon leiden tot een situatie waarin deze personen niet meer met elkaar overeen kwamen en dit uitte tot geen contact meer met elkaar. Ik ben met deze persoon in gesprek gegaan en proberen te doen inzien hoe belangrijk familie is. Ik had hier misschien beter niet op ingegaan omdat ik niet de beide kanten van het verhaal heb gehoord en omdat ik zelf ook niet om kan met bemoeiende opmerkingen omtrent mijn familie. Ik zou van deze persoon kunnen leren dat niet iedereen dezelfde waarde hecht aan familie dan ik en ik daarvoor respect en begrip moet tonen.

Allergie waarde 2

In volgende situatie kwam ik in aanraking met een persoon die niet veel aandacht hechtte aan zijn mentale welzijn. Deze persoon had een zwaar psychisch verleden. Ik kon mezelf niet inleven in de situatie en het frustreerde me enorm dat deze persoon zich liet hangen en weinig positief reageerde op mijn advies. Ik heb me dan proberen beter te kunnen inleven op deze persoon zijn verleden en ben dieper ingegaan op het probleem dmv een diepgaander gesprek. Uiteindelijk heeft dit gewerkt en heeft de persoon gedeeltelijk toch mijn advies kunnen opvolgen. Deze situatie zou me kunnen leren dat ik betere inzichten kan krijgen op bepaalde situaties en dat ik niet te snel advies moet geven als ik heel de situatie niet ken.

Allergie waarde 3

In het begin van de opleiding stoorde het me enorm dat velen in de klas aan het gamen waren tijdens de les terwijl ik mijn best deed om de leerstof te snappen. Op een bepaald moment zat iemand vlak langs me te gamen tijdens een intensieve les en dit beïnvloedde mijn leerproces. Ik heb deze persoon aangesproken en deze reageerde nogal intens. De volgende les heeft de persoon zich wel op een andere plaats in het lokaal gezet. Ik had natuurlijk ook mijn kalmte kunnen bewaren en mezelf kunnen verplaatsten tijdens deze les en de discussie vermijden. Wat ik van deze persoon kan leren is me tot de dag van vandaag nog altijd niet duidelijk.