# Reflectiecyclus

|  |  |
| --- | --- |
| Naam student:Kay van der Zander | Studentnummer:2183063 |
| Klas:T21 | Terugblik op blok:P4 |

### Stap 2:Terugblik

*wat wilde je bereiken:*

1. ik wilde te weten komen of ik een leider kan zijn

2. ik wilde alle vakken voldoende afsluiten

3. ik wilde sterker worden in programmeren om zelf programma's te maken.

*waar wilde je op letten?:*

ik wilde letten op me concentratie en werkhouding en dan heb het ik het over me leer concentratie.

*wat wilde ik uitproberen:*

of ik een leider ben door groeps leider te zijn. om mensen aan te sturen. en op dingen wijzen

*wat gebeurde er concreet:*

ik dacht het aan te kunnen maar ik merk dat ik niet echt een project leider ben. het ging over het algemeen wel maar ging niet super. en ik vergat wel eens dingen. ik was niet consequent met methodes handelen.

*wat zag ik:*

ik zag dat ik niet altijd goed bezig ben. mijn school leid hier onder ook mijn concentratie. want ik heb sneller afgeleid.

ik begin moe te raken en raak op waardoor me concentratie helemaal weg valt.

hierdoor vergat ik kleine dingen.

*wat voelde ik :*

ik voelde me vermoeid. en had nergens zin in.

ik wilde slapen en ik viel vaak in slaap.

*wat deed ik:*

ik merkte dit pas laat op dat me concentratie achteruit ging. ook mijn prioriteiten veranderden in de loop van tijd. ging steeds meer in slaap te vallen.

*wat dacht ik:*

### Stap 3: Bewustwording van essentiële aspecten

Sterke punten waarvan je je bewust bent geworden:

*ik ben sterk in aan iets beginnen, dingen bedenken en ik zoek graag dingen uit.*

Zwakke punten waarvan je je bewust bent geworden:

*concentratie, doorsettings vermogen en onzekerheid. consequent handelen.*

### Stap 4: Alternatieven ontwikkelen en daaruit kiezen

Sterke punten:

*ik ben altijd op tijd.*

Verbeterpunten:

meer rust pakken want ik merkte dat ik gewoon dood op was*.*

### Stap 5: Uitproberen:

Ik zal tijdens het assessment laten zien dat ik deze punten daadwerkelijk verbeterd heb. Dit kunnen de assessoren zien aan:

-door game tijd te perken tot voor thuis/ en thuis ook maar paar uur.

-door de opdrachten op tijd in te leveren

- door zelf dingen te beslissen.

-door even terug te denken aan mijn beslissing of ik niet onhaalbare dingen op me neem. en dan heb ik het over de hoeveelheid.