# Wat maakt me gelukkig en tevreden

## Voor de prijs van de beste acteur te winnen op kortfilmfestival.

**Wat was ik aan het doen?** Aan het acteren in een kortfilm.

**Was ik met anderen?** Zo ja, met wie? Ik was in een groepje van 4, 1 cameraman, 2 acteurs, 1 regisseur.

**Waarom (en op welke manier) betekende dit moment zoveel voor me?** Omdat ik vooraf nog niks had gewonnen en met de prijs van beste acteur is natuurlijk de beste award die je kan winnen op een kortfilmfestival.

**Wat maakte me zo gelukkig en/of tevreden, wat speelde hier een rol bij?** Ik was heel tevreden met het resultaat, het team was heel aangenaam en gaf me veel voldoening De personen bij wie ik in een groepje zat.

## Mijn secundair diploma te ontvangen

**Wat was ik aan het doen?** Goed aan het leren voor mijn examen.

**Was ik met anderen? Zo ja, met wie?** Ik en mijn vriend hebben elkaar geholpen om bepaalde stukken uit het wiskunde examen te begrijpen.

**Waarom (en op welke manier) betekende dit moment zoveel voor me?** Ik was blij dat ik na 6 jaar eindelijk ben afgestudeerd en zo kan beginnen aan een nieuw hoofdstuk.

**Wat maakte me zo gelukkig en/of tevreden, wat speelde hier een rol bij?** Mijn vrienden en familie die altijd achter mij stonden.

## Mijn autorijbewijs halen

**Wat was ik aan het doen?** Ik was aan het leren voor mijn theorie-examen van autorijbewijs.

**Was ik met anderen?** Zo ja, met wie? Ik en mijn pa.

**Waarom (en op welke manier) betekende dit moment zoveel voor me?** Het geeft me zicht op meer vrijheid, mobiliteit en perspectief. Dat er veel meer mogelijkheden zullen zijn waren waar ik heen kon.

**Wat maakte me zo gelukkig en/of tevreden, wat speelde hier een rol bij?** De steun van mijn pa en dat ik meteen de eerste keer was geslaagd.

# Wat maakt me trots

## Mijn eerste keer een grote sprong gemaakt op mijn mountainbike

**Waarom was ik trots?** Ik was trots omdat ik na veel oefenen voor de eerste keer een grote jump heb kunnen doen en dit zonder te vallen.

**Wat droeg bij aan dit gevoel van trots wat ik ervaarde?** Ik ben trots op het bereikte doel. Het gevoel werd versterkt door mijn nieuwe mountainbike.

**Deelde ik deze trots met anderen?** Zo ja, met wie? Ik deelde deze trots met mijn vrienden ik was super trots en blij op mezelf.

## Tijdens mijn GIP een bepaald bedrijf mijn presentatieboekje het beste vond

**Waarom was ik trots?** Ik was blij dat al mijn harde werk uiteindelijk een goed resultaat heeft gebracht.

**Wat droeg bij aan dit gevoel van trots wat ik ervaarde?** Mijn familie en vrienden die achter mij stonden en het ook een mooi persoonlijk boekje vonden.

**Deelde ik deze trots met anderen?** Met mijn ouders en vrienden.

## Mijn stageplaats was heel tevreden met mij en wat ik voor heb kunnen betekenen

**Waarom was ik trots?** Ik was zeer blij en trots op mezelf toen ze zeiden dat ik goed werk had geleverd. De opdrachten die ik heb gemaakt zijn uiteindelijk ook uitgeleverd aan de klant en de klant was ook zeer tevreden met mijn ontwerpen

**Wat droeg bij aan dit gevoel van trots wat ik ervaarde**? Dat de stagementors mij feedback gaven op bepaalde dingen die ik beter kon doen. Waardoor ik ook beter ben geworden in het designen in Illustrator en Photoshop.

**Deelde ik deze trots met anderen?** Ja met familie en vrienden.

# Prioriteren van mijn waarden

1. **Innerlijke groei**
2. **Orde**
3. **Goed doen**
4. **Een comfortabel leven**
5. **Zelfrespect**
6. **Flexibiliteit**

# Integriteitcheck

**Ben ik trots op deze lijst van kernwaarden?** Ja ik ben zeer blij met deze kernwaarden.

**Zoude mensen dicht bij mij, die me goed kennen, het eens zijn met deze top drie?** Ik denk dat mijn familie eerder zelfrespect als hoofdkernwaarde op 1 zal zetten en innerlijke groei op 2.

**Heb ik het gevoel dat deze drie kernwaarden mijn identiteit weerspiegelen?** Ja

**Zou ik mezelf ondersteunen met deze kernwaarden, wat er ook gebeurt?** Ik zou sommige kernwaarden wel laten vallen, maar innerlijke groei, orde en wat er ook gebeurt.

# Kernkwadrant

