Kernkwadranten

# Wat zijn mijn kernkwadranten

**Stressbestendigheid**

**Wanneer ik me in een stressvolle situatie bevind ga ik juist logischer nadenken en veel meer op instinct uitgaan. Wanneer ik een tegenslag heb kan ik me er meestal best goed overheen zetten en gewoon doorgaan met wat ik moet doen.**

**Kwaliteitsgericht**.

Sinds ik een perfectionist ben zou ik altijd alles perfect willen hebben. Half werk is geen optie. Of je doet het goed of je doet het niet.

**Prestatiemotivatie (Inzet)**

**ik wil graag presteren. Dat zorgt ervoor dat ik meer inzet toon in bepaalde dingen zodat ik het tot een goed eind kan brengen.**

# Wat is mijn allergie?

Mijn ergste allergie bij mensen is arrogantie. En dan al helemaal de mensen die maar niet kunnen ophouden over hoe goed ze zijn in alles.

# Wat is mijn valkuil?

Mijn valkuil is volgens mij dat ik soms iets te perfectionistisch wordt dat het nooit goed is.

# Wat is mijn uitdaging?

Mijn uitdaging zou zijn om mijn grenzen te durven te verleggen en iets te gaan doen waar ik niet veel kennis van heb en dus ook fouten in kan gaan maken.

|  |  |
| --- | --- |
| Kernkwaliteit | Valkuil |
| * Bescheiden * Eerlijkheid * Nauwkeurigheid | * Onzichtbaar * Botheid * Perfectionisme |
| Allergie | **Uitdaging** |
| * Arrogantie * Manipulatie * Chaos | * Profileren * Tact * Flexibiliteit |

## Reacties

### Giovanni (klasgenoot)

Ik herken wel waarom Leona gekozen heeft voor onzichtbaar. Leona houdt zich het liefst op de achtergrond. Niet omdat ze verlegen is maar omdat zij zich hier het meest comfortabel voelt. Leona kan wel eens bot overkomen. Misschien heeft ze dit zelf niet altijd door, maar ze is eerlijk en zegt wat ze denkt. Daarom kan het voor een ander bot overkomen. Wat betreft het perfectionisme, klopt ook. Dat is iets dat ik gemerkt heb tijden een groepsproject. Zij streeft voor een perfect resultaat.

### Anouk (Oud klasgenoot/goede vriendin)

Kernkwaliteiten: hier herken ik je echt in, al vanaf het begin dat je in mijn leven kwam. dit is zoals jij echt bent en juist het fijne van jou.

Allergie: ja hier herken ik je goed in. als er iemand arrogant is dan zeg je het of je laat ze links liggen. chaos kun je inderdaad niet tegen en wordt je geergerd van.

Uitdagingen: dit herken ik voor een deel. verder niet heel veel op gelet en ook niet vaak opgevallen. ik kan het me wel bij je indenken.

Valkuilen: ja dit klopt helemaal. vooral op het middelbare viel je weg in de klas. je was stil en erg zelfstandig. tegenwoordig is dit minder. perfectionisme heb je zeker. je had daar echt een drang voor. het is in de loop van de jaren die ik je ken wel wat minder geworden. je bent nog wel perfectionistisch, maar het is niet meer zo erg als toen. botheid herken ik je niet helemaal in. dit omdat het vaak niet bot bedoeld wordt, maar je bent direct. en direct zijn is niet erg, maar komt voor veel mensen als bot over omdat ze het niet kunnen hendelen. ik vind het altijd erg fijn als je direct tegen mij was. ook dit is (tegen bepaalde mensen) minder geworden in de jaren die voorbij gingen.

### Mick (oud klasgenoot)

Ik ben het eens met wat leona heeft opgeschreven. De valkuik perfectionisme past er erg goed bij.

# Wat zou je kunnen doen om je valkuil kleiner te maken?

Niet overdrijven in wat ik doe en voornamelijk gewoon eerlijk naar mijzelf blijven.