



RUIMTE VOOR JOUW ONTWIKKELING

**ProWijzer van
VOORBEELD RAPPORTAGE**

16 oktober 2024

HALLO VOORBEELD,

Dit is de uitslag van jouw ProWijzer. Hierin staat hoe jij in elkaar zit en hoe jouw karakter eruit ziet. Waar krijg jij energie van en wat kost jou juist energie? Ook staan hierin onderwerpen die gaan over jouw (school)omgeving en die gaan over hoe jij je op dit moment voelt. ProWijzer vertelt iets over wie jij bent, hoe jouw situatie er op dit moment uitziet en waar jij nog hulp bij kunt gebruiken.

Waarom gedragen mensen zich zoals ze zich gedragen?

Overall om je heen zie je hoe mensen zich gedragen. Dit gedrag lijkt misschien te komen door hoe iemand is, dus door de persoonlijkheid. Maar gedrag wordt eigenlijk veroorzaakt door heel veel factoren samen. Gedrag wordt veroorzaakt door wat we denken, wat we graag willen, wat we ergens van vinden en hoe wij ons voelen. Deze vier factoren hebben uiteindelijk allemaal invloed op het gedrag dat je laat zien.

Aan de hand van de DilemmaMethode worden deze vier factoren in kaart gebracht. Er wordt gekeken hoe je denkt (het hoofd), wat je wilt (het hart), wat je ergens van vindt (de raderen) en hoe jij je voelt (de voeten). In de onderstaande afbeelding wordt dit verder uitgelegd. In de ProWijzer ligt de focus op het hart en de raderen.



HET HOOFD



Het hoofd laat zien wat je weet en wat je begrijpt. Maar er wordt ook gekeken wat je eigenlijk niet zo goed begrijpt.

HET HART



Het hart laat zien wat je graag wil en waar je enthousiast van wordt. Maar er wordt ook gekeken naar wat je vooral niet wilt en wat je vervelend vindt. Dit wordt ook wel je persoonlijkheid genoemd.

DE RADEREN



De raderen laten zien waar je je graag mee bezig houdt en hoe jij iets beleeft. Dit kan beïnvloed worden door de mensen om jou heen of door de situatie waar je in bevindt. De raderen worden in kaart gebracht met behulp van de Ontwikkelfactoren.

DE VOETEN



De voeten laten zien hoe jij in je vel zit en hoeveel leuke dingen je mag doen van jezelf. Maar er wordt ook gekeken hoeveel zorgen jij hebt en wat je allemaal moet doen.

• Je voelt je goed (de voeten)

• Je voelt je niet goed (de voeten)

• De activiteiten van vandaag vind je interessant (de raderen)

• De activiteiten van vandaag vind je saai (de raderen)

• Je mag iets doen waar je energie van krijgt (het hart)

• Je moet iets doen wat je veel energie kost (het hart)

• Je begrijpt het helemaal (het hoofd)

• Je begrijpt er niks van (het hoofd)

DIT WORDT EEN LEUKE DAG!

DIT WORDT HELEMAAL GEEN LEUKE DAG...

DIT BEN JIJ!



In dit hoofdstuk staat hoe jij in elkaar zit en hoe jouw karakter eruit ziet. Dit zegt iets over het gedrag dat jij zonder veel moeite laat zien en dat jou de meeste energie geeft. Hierbij wordt beschreven waar jij goed in bent, maar ook wat jij nog mag leren.

WAT WIL IK GRAAG?

Is gericht op herkenning en wat veilig, vertrouwd en bekend voelt.

Wil zichzelf en anderen niet teleurstellen.

Wil niet voor de gek gehouden worden.



WAAR BEN IK GOED IN?

Is graag duidelijk en concreet, voorspelbaar en betrouwbaar.

Is bereid om hard te werken om een doel of resultaat daadwerkelijk te behalen.

Heeft behoefte aan deskundige begeleiding en concreet perspectief.



WAT IS MIJN VALKUIL?

Heeft moeite met verrassingen en plotselinge veranderingen.

Heeft moeite met ontspannen, te serieus of doet vaak meer dan nodig of slim is.

Heeft momenteel veel zorgen en problemen.



WAT MAG IK NOG LEREN?

Leren omgaan met spanning en onzekerheid en durven nieuwe ervaringen op te doen.

Meer ontspannen, vooral sporten, muziek maken of met vrienden leuke dingen doen.

Durven vragen om concrete hulp en begeleiding.



WAT BETEKENT DIT VOOR JOU?

Hieronder wordt een toelichting gegeven op jouw uitslag en uitgelegd wat deze uitslag voor jou betekent.

VERTROUWD



Het gevoel dat iets bekend is, het veilig voelt en het je een warm gevoel van binnen geeft, dat heet vertrouwd.

Je bent gericht op veilig en vertrouwd. Dit betekent een gevoel van rust en veiligheid. Vertrouwd voelt prettig en fijn, omdat je het gevoel hebt dat een situatie veilig is of dat iemand het beste met je voor heeft.

Vertrouwd betekent dat je op je gemak bent en je niet onzeker bent, want je voelt gewoon dat het klopt. Of je weet hoe iets werkt en wat je precies kunt verwachten, maar zorg er wel voor dat vertrouwd geen voorwaarde is om te leren of je te ontwikkelen. Nieuwe dingen leren of ontdekken is altijd wel een beetje spannend, maar spannend kan ook leuk zijn. Ook kun je leuke dingen missen als je teveel vasthoudt aan vertrouwd, want het kan ook betekenen dat het saai kan worden.

Vertrouwd voelt meestal fijn, omdat het je een veilig gevoel geeft, maar het is ook belangrijk dat je nieuwe dingen leert, iets nieuws probeert en je het aandurft om ook iets spannends te beleven.

SERIEUS



Iemand die hard werkt en zich goed kan concentreren en zich ook niet laat afleiden, dat heet serieus.

Je bent serieus ingesteld. Dit betekent dat je eerlijk en betrouwbaar wil zijn en je liever geen domme dingen doet, maar jij verwacht dit ook van anderen. Je kunt hard werken en je vindt het belangrijk dat andere mensen op je kunnen rekenen.

Je doet wat je belooft, maar vaak doe je meer dan wat er van je verwacht wordt. Vaak maak jij eerst je huiswerk, doe jij wat nodig is of help jij anderen, pas daarna heb jij tijd voor leuke dingen. Natuurlijk kan dit ook voor spanning zorgen, want als je te serieus bent, is het vaak lastig om je te ontspannen. Of vergeet je om gewoon plezier te maken, maar ook kunnen anderen daarvan misbruik maken. Of ben je gewoon veel te kritisch op jezelf, waardoor je het niet aandurft om je te ontspannen. Of om gewoon beter voor jezelf te zorgen.

Het is dus belangrijk dat je niet vergeet om je te ontspannen, dus dat je niet altijd in alles zo serieus bent. Vergeet vooral niet om te sporten, muziek te maken en met vrienden leuke dingen te doen, zodat je stap voor stap ontdekt wat je talenten zijn.

DILEMMA



Als je niet meer weet wat je moet doen en je bang bent dat je het niet alleen kan, maar je het ook niet aandurft om advies of hulp te vragen, dat heet een dilemma.

Je ervaart op dit moment meerdere zorgen en problemen. Ook ben jij bang voor nog meer zorgen en problemen, waardoor jij jezelf hiervoor juist afsluit. Ook is het voor jou erg moeilijk om oorzaak en gevolg te zien, waardoor het erg druk is in jouw hoofd. Jij voelt je momenteel erg onzeker over jouw situatie en jij ervaart hier ook geen grip op te hebben. Jij kunt daarom emotioneel reageren als jij wordt gecorrigeerd, wordt uitgedaagd of als jij geprikkeld wordt om beter te presteren. Of om meer eigen verantwoordelijkheid te nemen, want dat is nu echt niet aan de orde!

Het is nu belangrijk én noodzakelijk dat jij de ruimte krijgt om tijd en energie te steken in jezelf, in jouw gezondheid en in jouw ontwikkeling, maar vooral in het objectief in kaart brengen van wat er allemaal speelt. Dat jij hierbij hulp en begeleiding krijgt is echt noodzakelijk, want jij kunt dit echt niet alleen. Natuurlijk is dit helemaal niet leuk, maar is het belangrijk dat jij de begeleiding krijgt die jij nodig hebt, bijvoorbeeld van de huisarts, een vertrouwenspersoon, een coach of psycholoog, vooral om te voorkomen dat de druk nog verder oploopt.





JOUW SCORE OP DE ONTWIKKELFACTOREN

Hoe jij je gedraagt en hoe jij je ontwikkelt, heeft ook te maken met de situatie waarin jij je bevindt. Als jij je bijvoorbeeld veel zorgen maakt, dan wordt het lastiger om jezelf verder te ontwikkelen. In dit hoofdstuk wordt beschreven hoe jij een aantal onderwerpen ervaart en of deze onderwerpen jou helpen of juist tegenwerken bij het ontwikkelen van jouw talenten. Wat gaat al heel goed en waar kan jij nog wat extra hulp bij gebruiken van de mensen in jouw omgeving? (Zie bijlage 2 voor een uitleg van de Ontwikkelefactoren.)



Binding



Geborgenheid



Schoolsituatie



Eigenwaarde



Veerkracht



Spontaniteit



Wereldbeeld



Onbevangenheid



Geen ondersteuningsbehoefte



Lage tot matige ondersteuningsbehoefte



Matige tot hoge ondersteuningsbehoefte



Ondersteuningsnoodzaak

Binding:



Veilig



Onzeker



Vermijdend



Angstig

UITLEG VAN JOUW SCORE OP DE ONTWIKKELFACTOREN



BINDING

Jij ervaart een veilige binding met jouw ouders, opvoeders en/of andere mensen om jou heen.

Jij voelt je over het algemeen voldoende zeker van jezelf en in het contact met vrienden, familie en anderen ben jij meestal op je gemak. Jij weet dat je bij hen gewoon jezelf mag zijn en dat anderen er voor jou zijn als het nodig is. Ook weet en ervaar jij wat vrienden of familie voor je kunnen betekenen. Wanneer jij een keer iets doms doet, heb jij er voldoende vertrouwen in dat jij hier niet meteen op wordt afgerekend.



GEBORGENHEID

Jij scoort groen op Geborgenheid.

Jij vindt het thuis prettig en fijn en jij ervaart het ook als prettig om thuis te komen of naar huis te gaan. Jouw thuissituatie geeft jou een gevoel van warmte en veiligheid en jij ervaart thuis nauwelijks of geen spanning. De sfeer thuis is goed, jij kan het goed met jouw ouders of opvoeders vinden en er is ook nauwelijks sprake van ruzie of onenigheid. Jouw ouders of opvoeders tonen ook interesse in jou, zonder zich daarbij teveel met jou te bemoeien of jou te beperken in het maken van eigen keuzes en beslissingen.



SCHOOLSITUATIE

Jij scoort groen op Schoolsituatie.

Jij ervaart school als prettig en jij vindt het meestal fijn om naar school te gaan. Naast leren en studeren betekent school voor jou vooral ook gezelligheid en plezier. Jij hebt er vaak veel vrienden en jij kan meestal ook goed omgaan met jouw docenten. Jij ervaart voldoende veiligheid en een vertrouwde sfeer en jij hebt niet of nauwelijks het gevoel gepest of getreiterd te worden op school. De sfeer op school is goed en jij gaat er dan ook meestal met plezier naartoe.



EIGENWAARDE

Jij scoort lichtoranje op Eigenwaarde.

Jij hebt een redelijke mate van zelfvertrouwen en ervaart gemiddeld genomen een positief zelfbeeld, maar je bent wisselend tevreden met jezelf. Jij kan je af en toe ook erg onzeker voelen en zou dit dan kunnen overschreeuwen of ontkennen. Soms onderschat jij jouw eigen talenten en kom je onvoldoende voor jezelf op of jij overschat jezelf juist. Jouw wisselende zelfverzekerdheid betekent niet dat dit beeld overeenkomt met wat anderen van jou vinden. Jouw gevoel van zelfvertrouwen gaat puur over jouw eigen ervaring en de mate van tevredenheid over jezelf, maar is vaak wel de oorzaak van twijfel en onzekerheid over jouw ontwikkeling en talenten.



VEERKRACHT

Jij scoort groen op Veerkracht.

Jij kan je vaak makkelijk aanpassen aan wisselende omstandigheden en ervaart variatie als prettig en gewenst. Als het even tegenzit zal jij jouw doel of belangstelling makkelijk kunnen aanpassen of verleggen en je richten op nieuwe kansen en mogelijkheden. Het liefst waai jij met de wind mee en zie jij wel wat er gebeurt of wat er op jouw pad komt. Jij houdt van een bepaalde mate van vrijheid en leeft bij de dag. Hierdoor heb jij vaak moeite met opgelegde structuren en discipline.



SPONTANITEIT

Jij scoort groen op Spontaniteit.

Jij bent vaak erg spontaan, maar kan soms ook impulsief of naïef zijn. Jij ziet meestal vooral kansen en mogelijkheden en hebt regelmatig geen of onvoldoende zicht op mogelijke risico's en gevaren. Vaak pak jij ook elke nieuwe kans om iets leuks te doen met beide handen aan en denk jij niet lang na over wat wel en niet kan. Jij ziet wel wat er op jou afkomt en staat daarbij ook open voor leren en ontdekken. Wel kan jij makkelijk doorslaan in impulsiviteit en onbezorgdheid en daardoor omstandigheden onderschatten of jezelf of de eigen mogelijkheden overschatten.



WERELDBEELD

Jij scoort groen op Wereldbeeld.

Jij geeft met deze score aan positief in de wereld te staan en een zeer rooskleurig beeld te hebben van jouw leefomgeving. Jij ziet en ervaart vooral dat er mooie dingen in de wereld gebeuren en dat het bruist van de kansen en mogelijkheden. Jij bent positief ingesteld en ziet overal wel iets moois in. Jij bent er van overtuigd dat de mens van nature goed is en zelfs als mensen iets slechts hebben gedaan, kan jij er vaak nog wel iets goeds of positiefs uithalen. Jij gunt iedereen het beste en staat open voor verschillende culturen, religies en overtuigingen. Jouw openheid zorgt ervoor dat jij leergierig bent en voor ontwikkeling openstaat, maar ook moeite kan hebben met het maken van keuzes en het concentreren op duidelijke doelstellingen.



ONBEVANGENHEID

Jij scoort donkeroranje op Onbevangenheid.

Jij geeft met deze score aan in het verleden een verdrietige en vervelende gebeurtenis te hebben meegemaakt. Jij hebt dit nog niet verwerkt en het ook nog geen plek kunnen geven. Herinneringen hieraan kunnen zich soms aan jou opdringen en gevoelens van verdriet, onmacht, boosheid of frustratie oproepen. Hierdoor kan jij je soms somber voelen en angstig of boos worden. Vooral als jij terugdenkt aan wat er is gebeurd. Vaak kost het jou moeite om erover te praten, ben jij bang dat anderen het niet begrijpen of denk jij dat er toch niets aan kan worden gedaan. Door het toch bespreekbaar te maken met een vertrouwenspersoon en open te staan voor hulp en begrip, ontstaat er ruimte voor het verwerken van het verdriet en de teleurstelling.

CONCLUSIE EN ADVIES

Kenmerkend

Jij bent iemand die vasthoudend kan zijn. Het liefst laat jij niets aan het toeval over en werk je met een duidelijke planning. Jij maakt vaak eerst iets af voordat je aan iets nieuws begint. Jij vindt het fijn om te weten waar je aan toe bent en houdt van feiten en zekerheid. Jij kan je goed focussen en concentreren en laat je niet gemakkelijk door iets of iemand afleiden. Zeker niet door iets dat nu niet belangrijk is. Je kunt je ook goed afsluiten voor jouw omgeving en helemaal in iets opgaan waar je mee bezig bent.

Jij bent een loyaal persoon en jij hebt graag een gevoel van zekerheid en veiligheid. Jij voelt je prettig in een vertrouwde of bekende omgeving. Je vindt het prettig als je weet wat er van je verwacht wordt en dan presteer jij vaak ook beter. Het liefst vermijd je spanning, onzekerheid en plotselinge veranderingen. Ook vind je het fijn om te weten waar je aan toe bent en hecht je waarde aan routine in je leven.

Valkuilen

Jij kunt je soms zo goed afsluiten van jouw omgeving dat je ongemerkt belangrijke informatie mist of over het hoofd ziet. De dingen die je doet, doe je vaak zoals je bent gewend. Meestal stel je geen vragen en als het toch anders moet vind je dit vaak lastig. Je kunt hierdoor onnodig dezelfde fouten maken en anderen vinden jou dan best koppig of star.

Jij laat de dingen het liefst zoals ze zijn en hebt moeite met veranderingen. Als er toch dingen plotseling veranderen dan maakt dit je onzeker of gewoon boos. Je kunt dan star en koppig reageren. Ook sta je dan niet open voor de hulp van anderen, maar ga je uit jezelf ook niet op onderzoek uit. Hierdoor leer en ontwikkel jij je minder makkelijk en maak je het jezelf juist extra lastig.

Ontwikkeling

Probeer voordat je ergens mee aan de slag gaat wat meer onderzoek te doen. Vraag eens om advies hoe je iets kunt aanpakken. Soms kunnen dingen beter dan de manier waarop je het gewend bent. Dit betekent niet automatisch dat hoe je het daarvoor deed fout was. In de wereld om ons heen veranderen dingen namelijk erg snel. En van veranderingen kan je erg veel leren. Ook als je ergens mee bezig bent mag je leren vaker tussendoor eens om je heen te kijken. Stel vragen aan anderen, vraag om advies en bedenk eens hoe je het ook anders kunt doen.

Je mag leren meer te ontdekken en te onderzoeken. Probeer iets anders of iets nieuws niet direct af te wijzen, maar onderzoek wat ergens de voor- en nadelen zijn. Werk eens met andere mensen samen, ga op reis of doe iets wat je nooit eerder hebt gedaan. Je zult merken dat je veel nieuwe ervaringen opdoet waar je veel van leert. Ook doe je zo nieuwe ideeën op die je helpen om meer uit jezelf te halen en jezelf verder te ontwikkelen.

BIJLAGE 1: WAT MOET JOUW BEGELEIDER OVER JOU WETEN?

Jezelf ontwikkelen hoef jij gelukkig niet alleen te doen, daar mag je ook de mensen om je heen bij gebruiken. Om jou te kunnen helpen is het fijn voor anderen als zij weten hoe zij het beste met jou om kunnen gaan. In dit hoofdstuk wordt dit beschreven. Deze tekst kun jij delen met jouw ouder(s), verzorger(s), docent, begeleider of met iemand anders.

VERTROUWD

100%

Hij scoort hoog op vertrouwd. Dit betekent een gevoel van controle en veiligheid. Vertrouwd voelt prettig en fijn, omdat hij dan het gevoel heeft dat een situatie veilig is of dat iemand het beste met hem voor heeft. Vertrouwd betekent ook dat hij graag op zijn gemak is en hij zich niet onzeker voelt, maar hij bijvoorbeeld graag het gevoel heeft dat het klopt of waar is. Of dat hij weet hoe iets werkt en wat hij precies kan verwachten.

Vertrouwd betekent ook dat hij uit zichzelf niet gericht is op ontdekken, zich laten verrassen of zich verwonderen, wat voor zijn ontwikkeling wel belangrijk is. Het is dus essentieel dat een gevoel van vertrouwd geen belemmering wordt voor zijn ontwikkeling, maar dat hij wordt gestimuleerd om stap voor stap zijn grenzen te verleggen. Hij het liefst spelenderwijs ontdekt dat spannend ook gewoon leuk kan zijn. Immers nieuwe dingen leren of ontdekken is eigenlijk altijd spannend.

Zijn begeleiding mag er op gericht zijn dat hij actief geprikkeld wordt om zich meer ontdekkend, lerend en verwonderend op te stellen. Hij wordt gestimuleerd tot leren en ontwikkelen, echter zonder hem te dwingen, maar dat hij stap voor stap zichzelf leert oefenen in het verleggen van zijn grenzen. Ervaart hij weerstand, dan is het essentieel dat hij leert aangeven wat bij hem spanning oproept, bijvoorbeeld kan een eerdere negatieve ervaring voor erg veel spanning zorgen. Wees als begeleider erop bedacht dat dit herkennen vaak helemaal niet leuk of veilig voelt, waardoor hij vaak geneigd is om het te ontkennen. Of toont hij weerstand omdat hij bang is om de controle te verliezen.

SERIEUS

100%

Hij scoort hoog op serieus. Dit betekent dat hij liever geen domme dingen doet en hij eerlijk en betrouwbaar wil zijn, maar hij verwacht dit ook van anderen! Hij kan hard werken en hij vindt het belangrijk dat andere mensen op hem kunnen rekenen. Hij doet wat hij belooft en vaak doet hij meer dan wat er van hem verwacht wordt, bijvoorbeeld omdat hij zich verantwoordelijk voelt. Of omdat hij graag een goede indruk wil maken, in ieder geval doet hij eerst wat nodig is of helpt hij anderen, pas daarna heeft hij tijd voor leuke dingen.

Natuurlijk kan dit ook voor spanning zorgen, want als hij te serieus is, is het vaak lastig voor hem om zich te ontspannen. Of vergeet hij om gewoon plezier te maken, maar soms kunnen anderen ook misbruik van hem maken. Of is hij gewoon erg kritisch op zichzelf, waardoor hij het niet aandurft om beter voor zichzelf te zorgen. Of kan hij zichzelf zoveel druk opleggen, dat hij daardoor juist fouten maakt.

Het is belangrijk dat hij niet vergeet om zich te ontspannen, dus niet in alles altijd zo serieus te zijn. Hij mag bijvoorbeeld niet vergeten om te sporten, muziek te maken of met vrienden leuke dingen te doen, zodat hij stap voor stap ontdekt wat zijn talenten zijn. Meer concreet mag zijn begeleiding gericht zijn op het hem prikkelen zichzelf en zijn beleving te relativiseren. Prikkel hem niet om nog beter te presteren, maar moedig hem juist aan om meer te spelen, zich te ontspannen, meer humor en plezier te hebben en soms gewoon de boel de boel te laten.

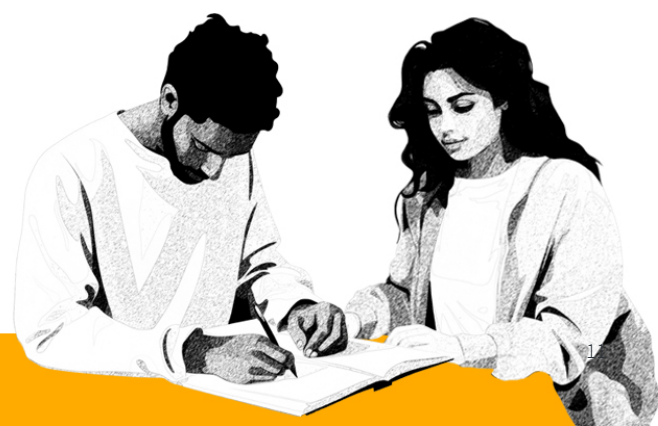
DILEMMA

100%

Hij scoort hoog op dilemma. Dit betekent dat hij momenteel meerdere zorgen en problemen ervaart, waardoor hij zich extra zorgen maakt als er zich nieuwe problemen aandienen. Hierdoor kan hij zich, bijvoorbeeld om te voorkomen dat zijn zorgen en problemen hem verlammen, zich afsluiten voor signalen van verandering of ontwikkeling. Ook is het voor hem erg lastig om in voldoende mate feiten en meningen van elkaar te onderscheiden, waardoor zijn beleving simpelweg zijn werkelijkheid is en hij eigenlijk niet voldoende in staat is tot relativeren. Ook het analyseren van oorzaak en gevolg kost hem meer tijd en energie dan hij wellicht kan opbrengen, waardoor niet van hem verwacht mag worden dat hij uit zichzelf de negatieve spiraal die hij momenteel ervaart zelf (of zonder hulp) kan doorbreken.

Hij voelt zich momenteel onzeker over zijn situatie en hij ervaart hier onvoldoende grip op te hebben. Hij kan daarom ongewenst emotioneel reageren als hij wordt uitgedaagd of als hij geprikkeld wordt om beter te presteren of om meer eigen verantwoordelijkheid te nemen. Wees als begeleider erop bedacht dat hij ook zijn gevoel van realiteitszin kan verliezen, bijvoorbeeld als zijn gevoel van onmacht hem de baas wordt.

Zijn begeleiding dient erop gericht te zijn dat de spanning niet verder oploopt. Doe vooral geen vage beloften en laat het niet bij alleen maar goede bedoelingen, want hij heeft behoefte aan concrete hulp, duidelijk advies en deskundige begeleiding en vooral concreet perspectief. Wees als begeleider alert op signalen van fatalisme en voorkom de situatie te onderschatten. Moedig aan tot zelfrespect en inspireer hem om trots te zijn op wie hij is en wat hij kan betekenen voor anderen, zonder daarin te overdrijven. Stimuleer objectief onderzoek naar de oorzaak en de achtergrond van zijn teleurstellingen en zet in op het doorbreken van zijn negatieve gevoelsspiraal.



BIJLAGE 2: VITLEG ONTWIKKELFACTOREN

BINDING

Met binding wordt de emotionele binding bedoeld die jij met jouw ouders of opvoeders hebt. Deze emotionele binding is van invloed op de manier waarop jij sociale relaties aangaat en onderhoudt. Sta jij open voor het aangaan van diepere relaties of ben jij hier juist erg terughoudend en voorzichtig in?

GEBORGENHEID

Geborgenheid geeft jouw beleving weer van de sfeer en de omstandigheden thuis. Hierbij gaat het om jouw beleving van veiligheid en zekerheid in jouw gezinssituatie. Het zegt iets over hoe fijn jij het thuis hebt en hoe graag jij thuis wil zijn.

SCHOOLSITUATIE

Schoolsituatie geeft jouw beleving van de sfeer en de situatie op school en in de klas weer. Het laat zien hoe jij school en de klas ervaart en in hoeverre jij je daar veilig en prettig voelt.

EIGENWAARDE

Eigenwaarde geeft een beeld van het gevoel van vertrouwen dat jij hebt in jezelf. Het zegt iets over hoe tevreden jij bent met jezelf en in hoeverre jij jezelf van waarde vindt.

VEERKRACHT

Veerkracht geeft een beeld van jouw flexibiliteit en aanpassingsvermogen. Het zegt iets over hoe jij omgaat met tegenslagen en veranderingen. Moet jij lang bijkomen van een ingrijpende gebeurtenis of kan jij je hier snel overheen zetten?

SPONTANITEIT

Spontaniteit geeft een beeld van jouw onbezorgdheid en impulsiviteit. Het zegt iets over in hoeverre jij de vrijheid ervaart om spontaan en vrij dingen te doen, zonder dat jij het gevoel hebt dat je voorzichtig of twijfelend moet zijn.

WERELDBEELD

Wereldbeeld geeft weer hoe jij in de wereld staat en wat jouw beleving van de werkelijkheid is. Het laat zien in hoeverre jij gelooft in het goede van de wereld en de mensheid, hoe optimistisch of juist pessimistisch jij naar de wereld kijkt en hoeveel vertrouwen jij hebt in de toekomst.

ONBEVANGENHEID

Onbevangenheid gaat erover of jij gebeurtenissen in jouw leven hebt meegemaakt die jou nu nog belemmeren in het dagelijks leven. Het gaat dan om traumatische of vervelende gebeurtenissen waar jij mogelijk nog steeds last van hebt en die van invloed zijn op jouw mogelijkheden tot leren en ontwikkelen.