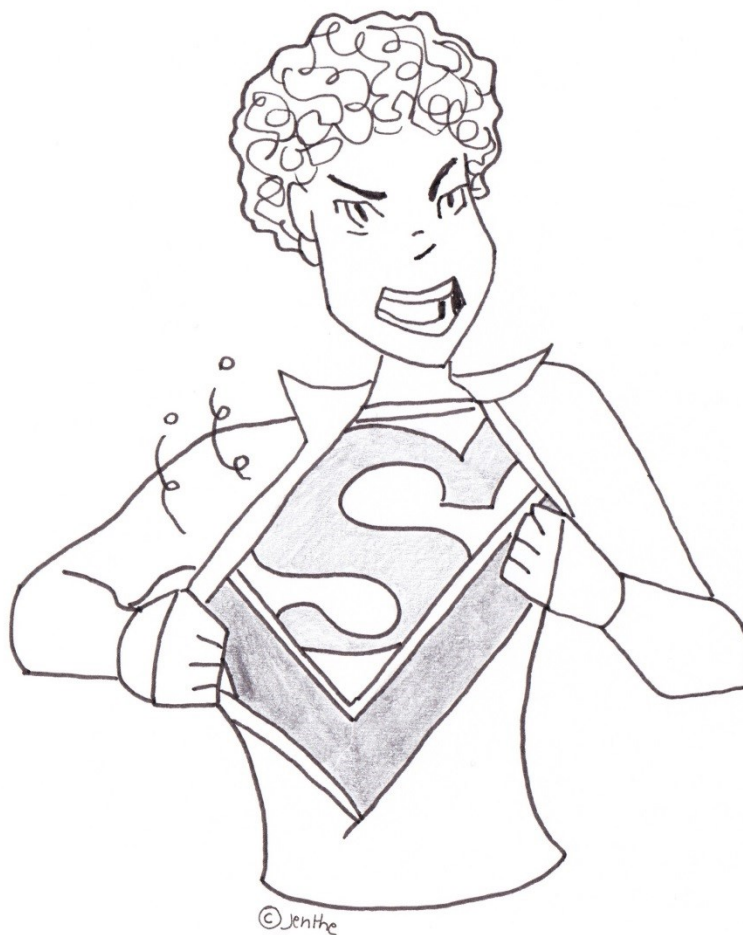


Wat voor persoon wil je worden?



Wat voor persoon wil je worden?

Uitvoering <ul style="list-style-type: none"> ✓ Klassikaal ✓ Kleine groep ✓ Individueel 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Begeleid - Zelfgestuurd ✓ Huiswerkopdracht Duur: 15/45 min	Middelen <ul style="list-style-type: none"> ✓ Werkbladen ✓ Scharen
CDDQ schalen <ul style="list-style-type: none"> - Gebrek aan motivatie - Niet kunnen beslissen - Belemmerende overtuigingen 	<ul style="list-style-type: none"> - Welke stappen zetten - Jezelf onvoldoende kennen - Gebrek aan info tav studies - Moeilijk goede info vinden 	<ul style="list-style-type: none"> - Onbetrouwbare informatie - Innerlijke tegenstrijdigheden - Externe tegenstrijdigheden ✓ Niet CDDQ specifiek
ACT categorie <ul style="list-style-type: none"> - Acceptatie - Hier en nu ✓ Waarden 	<ul style="list-style-type: none"> - Betrokken actie - Zelf als context - Defusie - Niet ACT specifiek 	Moelijkheidsgraad voor begeleider <ul style="list-style-type: none"> - Direct toepasbaar ✓ Oefening - Scholing

Doel

De leerling beantwoordt de vraag wat voor persoon hij of zij wil worden aan de hand van enkele waarden die voor hem of haar het allerbelangrijkst zijn.

Werkwijze

Neem de opdracht met de leerling door aan de hand van de werkbladen die bij deze tool horen. Stimuleer en moedig aan. Maak later gebruik van de resultaten van deze tool in de tool 'Van waarden naar plan'.

Achtergrond

Waarden bieden een belangrijke grondslag voor motivatie. Zij vormen een uitdrukking van de persoon die je wilt zijn. Waarden geven richting. Het verschil met doelen is, dat doelen bereikt kunnen worden en dan hun motiverende kracht verliezen. Doelen kunnen ook gemist worden en daarmee tot frustratie leiden. Waarden blijven richting geven. Het is te vergelijken met windstreek en plaats. Berlijn is een doel dat bereikt maar ook gemist kan worden. Naar het oosten kun je altijd gaan.

De waarden die de leerling kiest, kunnen gebruikt worden om doelen uit af te leiden (zie tool 'Van waarden naar plan'). De waarden zijn ontleend aan het 'Structure of values' model van Schwartz (Sagiv & Schwartz, 2000).

Literatuur

Sagiv, L., & Schwartz, S. H. (2000). Value priorities and subjective well-being : Direct relations and congruity effects. *European Journal of Social Psychology*, 30, 177-198.