

Basis onderhouden en verder bouwen.

Beantwoord onderstaande vragen.

Het zijn belangrijke vragen, neem er even de tijd voor.

Als een vraag te makkelijk lijkt, ga er toch even voor zitten en laat hem in jou zijn werk doen.

Zorg dat je je antwoorden opslaat of echt opschrijft als je de pdf afdruckt, en dat je de creatieve opdracht maakt, want we gaan ze aan elkaar laten zien als we online bij elkaar komen!!

Voor je begint... Doe heel even je ogen dicht. 3 x diep in en uitademen.

Wie ben ik nou?

1. Zo, zonder verder na te denken, wie zou je zeggen dat je bent? Stel, je komt voor het eerst ergens en je moet jezelf voorstellen. Wie zeg je dat je bent?

2. Hoe voel je je over je antwoord hierboven? Doe heel even je ogen dicht en voel of er een deel van je antwoord is waar je niet zo *happy* mee bent. Schrijf dat hieronder.



3. Wat vind jij echt leuk aan jezelf?

Je mag niet zeggen 'Niets' en de vraag overslaan. Je móet minstens 5 dingen opschrijven. Hoe meer je schrijft, hoe beter jouw antwoord.

4. Stuur een appje (of snap, of mail, of wat dan ook) aan 5 mensen die jou goed kennen. Vertel ze dat je een opdracht moet maken over jouw kwaliteiten en vraag ze om jouw drie beste kwaliteiten te noemen.

Dit zou een **voorbeeld** van jouw vraag aan hen kunnen zijn:

Hoi xxx,

Ik ben op dit moment bezig met een cursus die voor mij heel belangrijk is. Één van de opdrachten is om een groep mensen te vragen wat mijn **drie beste kwaliteiten** zijn. Ik heb een aantal mensen van verschillende netwerken geselecteerd, en jij bent daar dus één van. Het gaat om je eerlijke gevoel erbij, ik ben niet op zoek naar bevestiging of complimenten: wat vind jij zijn mijn drie beste kwaliteiten?

Mijn gevoel erbij zegt: niet teveel over nadenken, gewoon wat het eerste in je opkomt, typen en op verzenden drukken. Zou ik super fijn vinden!



Alvast heel erg bedankt!

Lieve groet,

Pilar

5. Schrijf het antwoord van elk van deze 5 personen plus die van jezelf (vraag 3) hieronder:

6. Maak van deze antwoorden een mooie Word Cloud. Je kunt daarvoor deze pagina gebruiken: www.tagxedo.com/app.html
Ken je zelf een pagina die je fijner vindt werken, gebruik die gerust.

Dit is leuk om te doen, dus neem er de tijd voor.

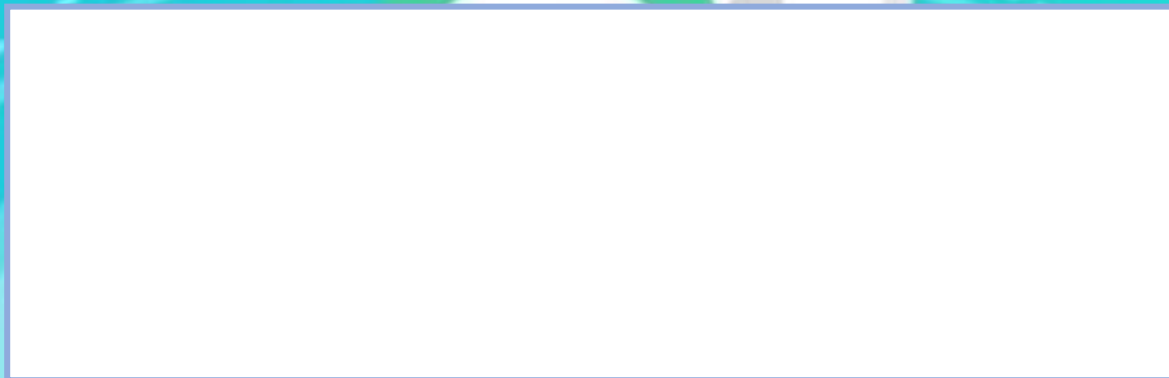
Hierbij twee voorbeelden van hoe jouw word cloud eruit zou kunnen zien:



7. Druk je word cloud af en zet hem klaar voor onze volgende online meet up.



8. Als je even je ogen dichtdoet en je laat al je antwoorden even bezinken: wat wens jij jezelf toe voor de komende dagen?



Ben je tevreden over je antwoorden? Wil je misschien nog iets aanvullen? Je kunt altijd je antwoorden nog eens erbij pakken en ze verder aanvullen of aanpassen.

Tot slot:

9. Wat heb jij ontdekt met jouw antwoorden van vandaag?



10. Schrijf (minimaal) drie dingen op waar je dankbaar voor bent.



Dankjewel voor je aandacht vandaag.
Je hebt het goed gedaan.

