

Kernkwadrant 1

| | |
|-----------------------------------|----------------------------------|
| <i>Kernkwaliteit:</i> enthousiast | <i>Valkuil:</i> té enthousiast |
| <i>Allergie:</i> negatieve mensen | <i>Uitdaging:</i> ook nee zeggen |

Mijn kernkwaliteit is dat ik enthousiast ben, zo sta ik in het leven, het glas is namelijk altijd halfvol! Dit is mijn kernkwaliteit maar ook mijn valkuil; ik ben vaak té enthousiast. Ik zeg op alle opdrachten volmondig ja of ik bied mezelf aan om het werk te doen. Niet alleen wat school betreft maar ook op sociale afspraken en werkgerelateerd. Om het in een situatie te beschrijven; ik ben een tijdje geleden gevraagd om de Facebookpagina van het werk te beheren, dit leek mij hartstikke leuk dus ik zei volmondig “ja hoor dat doe ik even”. Ik had er niet bij stil gestaan dat ik nog veel andere dingen moest doen. Hierdoor kwam/kom ik de knoei met mijn planning. Doordat ik altijd ja zeg en soms geen nee durf te zeggen stroomt mijn agenda over. Op momenten kijk ik ook niet naar mijn agenda en plan ik mijzelf dubbel in. Een gevolg hiervan is dat ik te veel hooi op mijn vork neem en dat het vervolgens te veel wordt, zowel mentaal als fysiek. Mijn uitdaging is dan ook dat ik nee moet zeggen en mijzelf op de 1^e plaats zetten. Ik heb dit al wel gedaan op het werk, ik ben een gesprek aangegaan en heb aangegeven dat ik niet zoveel meer wil werken. Dit werd gelukkig begrepen en ik werk al een stuk minder, met dit succes in mijn achterhoofd kan ik dit ook in andere situaties toepassen.

Ik zou graag willen leren om meer mijn grenzen aan te geven. Ik heb nu op werk mijn grenzen aangegeven maar dit wil ik ook in de toekomst gaan doen op het gebied van school en het sociale vlak. Ik moet vaker nee zeggen en eerst belangrijker zaken op orde hebben. Ik wil dit gaan doen door grofweg gezegd meer ballen te hebben. Stoppen met andere constant te pleasen en voor mijzelf te gaan. Ik moet belangrijke dingen voor laten gaan en dat voor mijzelf duidelijk hebben. Wanneer ik dit verbeter heb ik het minder druk, kan ik me beter focussen, zit ik lekkerder in mijn vel, eigenlijk allemaal positieve dingen.

Peer review:

Deze kwaliteit past erg goed bij Lynn omdat ik altijd vrolijk word van Lynn en zij bijna nooit negatief is. Het is alleen wel zo dat Lynn zichzelf kan laten beïnvloeden door een ander zijn negatieve houding. Wat erg jammer is. Maar het tegenovergestelde is ook van toepassing, anderen worden vrolijk van haar positieve houding en dat is een erg goede kwaliteit die je kan hebben. – **Klaske**

Lynn is altijd erg enthousiast in de projectgroep maar ook op stage. Soms resulteert dit dat je te enthousiast wordt en dat je te veel hooi op je vork neemt, pas daar mee op. – **Kim**

Elke dag als we weer bijeenkomen met de projectgroep valt Lynn's enthousiasme mij wel op. Dit geeft mij altijd wel een beetje meer motivatie dan dat ik die ochtend mee aan ben komen lopen. Heel soms is ze ook wel eens overenthousiast, maar dat is denk ik helemaal niet zo'n grote valkuil als ze zelf denkt. – **Koen**

Lynn haar enthousiasme is altijd zeer aanstekelijk. Als de groep er geen zin meer in heeft probeert Lynn altijd de groep te motiveren om door te zetten en dit helpt altijd goed! - **Anouk**