



IK WIL WETEN

WIE IK BEN

EducatieMeter van
VOORBEELD RAPPORTAGE

14 februari 2024

HALLO VOORBEELD,

Dit is de uitslag van jouw EducatieMeter. Hierin staat wat jij belangrijk vindt en wat je minder belangrijk vindt. Waar je energie van krijgt en wat jou energie kost. Waar jouw talenten liggen en wat jouw ontwikkelpunten zijn. Ook wordt beschreven hoeveel ruimte en energie jij hebt om leuke dingen te doen en om je verder te ontwikkelen. Ten slotte wordt beschreven waar jouw (studie)interesse ligt. De EducatieMeter vertelt dus iets over wie jij bent, waar jouw interesses liggen en hoe jij op dit moment in je vel zit.

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 EducatieMeter ligt de focus op het hart, de raderen en de voeten.



HET HOOFD



Het hoofd laat zien wat je weet en wat je begrijpt. Maar er wordt ook gekeken naar 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. Het hart wordt in kaart gebracht in het onderdeel **Persoonlijkheid**.

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 je in bevindt. De raderen worden in kaart gebracht met behulp van jouw **Studie- en beroepsinteresses**.

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 naar hoeveel zorgen jij hebt en wat je allemaal moet doen. De voeten worden in kaart gebracht met behulp van de **Mentale balans**.

• 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)

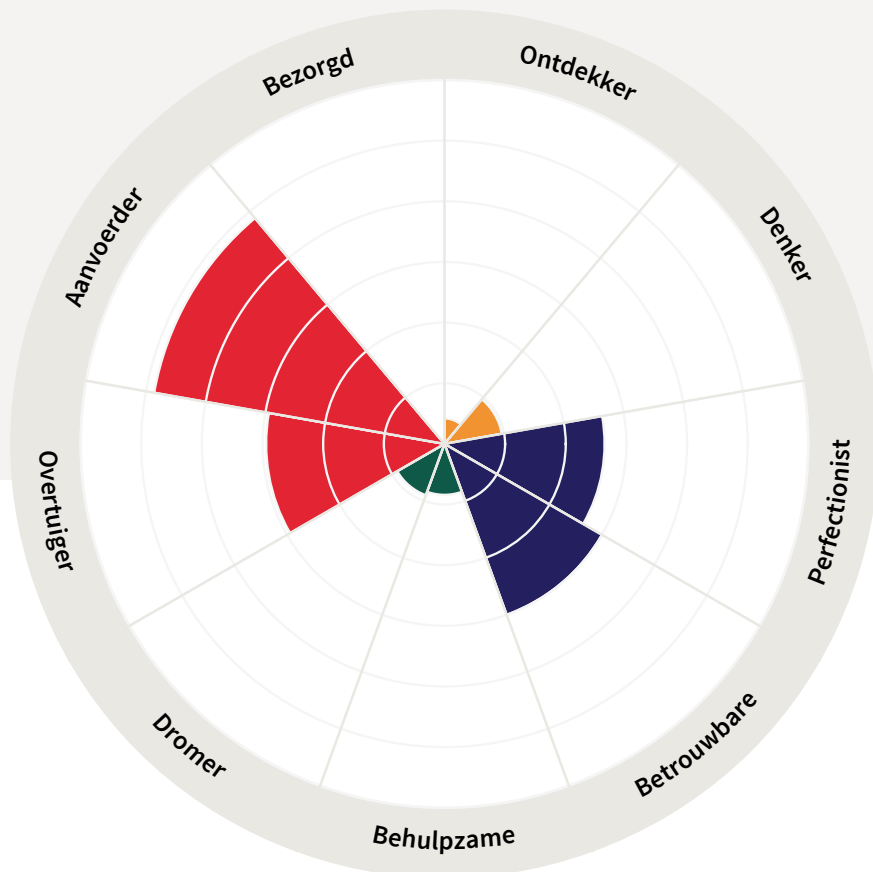
DIT WORDT EEN LEUKE DAG!

DIT WORDT HELEMAAL GEEN LEUKE DAG...

PERSOONLIJKHEID



Aan de hand van jouw persoonlijkheid kan jij een bepaalde stijl van denken, houding en gedrag hebben. De hoogste score laat zien welke stijl jij het snelste zal laten zien, de laagste score laat zien welke stijl jij het minst snel zal laten zien. Bij elke stijl horen bepaalde kenmerken. Deze kenmerken worden in het vervolg van dit rapport toegelicht.



WAT WIL IK GRAAG?

Je wil graag winnen en de beste zijn.

Je wil graag voor jezelf en jouw mening opkomen.

WAT IS MIJN VALKUIL?

Je kunt eigenlijk niet goed tegen je verlies.

Je kunt anderen overdonderen en belerend of confronterend zijn.

WAAR BEN IK GOED IN?

Je bent erg competitief, je kan hard werken en je bent ambitieus.

Je laat daadkracht zien, onderneemt actie en straalt passie uit.

WAT MAG IK NOG LEREN?

Je mag meer aandacht hebben voor een goede balans tussen inspanning en ontspanning.

Je mag leren om tactvoller om te gaan met situaties en meer geduld op te brengen.



WAT WIL JE GRAAG?

Jouw persoonlijkheid zegt iets over het gedrag dat jij zonder veel moeite laat zien. Dat is het gedrag dat jij (onbewust) het liefste laat zien en wat jou de meeste energie geeft. In dit hoofdstuk wordt beschreven wat het gedrag is dat jij het liefste laat zien.

Jij bent vaak gericht op winnen en presteren en meestal heb jij hier veel voor over. Jij bent bereid om jezelf soms helemaal te geven en vaak gaat jou niet snel iets te ver. Hoe groter de verleiding, des te meer zet jij jezelf in. Eigenlijk zie jij vaak overal wel een uitdaging in en laat jij jezelf makkelijk uitdagen. Uiteraard ga jij de competitie niet uit de weg, want jij wil graag scoren, maar jij wil ook graag laten zien wat jij allemaal kunt. Jij bent gevoelig voor succes en jij bent gretig om jouw zin te krijgen. Uiteraard kan jij hard werken, vooral als jij kunt scoren of een goede indruk kan maken. En als het jou tegenzit, dan doe jij vaak nog meer jouw best of doe jij er gewoon een schepje bovenop.

Jij zegt vaak duidelijk wat jij wil, wat jij vindt of wat jou bezig houdt. Jij kunt meestal goed voor jezelf opkomen en hebt er geen moeite mee om anderen aan te spreken. Jij stapt makkelijk op anderen af en vaak vind jij het geen punt om in de schijnwerpers te staan of de discussie aan te gaan. In ieder geval weet jij jezelf vaak goed te verkopen. Jij weet meestal precies hoe jij het hebben wil en vaak ook vooral wat jij niet (meer) wil of waar jij je aan ergert. Jij maakt je daarbij nauwelijks druk over of het ook kan of realistisch is. Jij gaat er gewoon voor en meestal zorg jij er ook wel voor dat het lukt. Als er een probleem is, dan moet er immers ook een oplossing zijn.



WAT MAG JIJ NOG LEREN?

Om jezelf zo goed mogelijk te ontwikkelen is het belangrijk dat jij weet wat jij nog mag leren. Jouw persoonlijkheid brengt namelijk ook wat valkuilen met zich mee. Ook is het soms nodig om jouw gedrag aan te passen aan de situatie. In dit hoofdstuk wordt beschreven wat jij nog mag leren, zodat jij jouw gedrag nog beter kan afstemmen op de situatie en zodat jij jouw talenten nog verder kunt inzetten en ontwikkelen.

Jij bent vooral gericht op direct resultaat, op winnen en op snel succes. Zo ben jij erg ongeduldig, ambitieus en soms kan jij jouw energie maar amper kwijt. Jij bent hierdoor niet echt gericht op de toekomst of dingen die pas op langere termijn spelen. Jij bent meer gericht op het nu, op direct presteren en op direct succes. Ook is het voor jou soms gewoon nodig om jouw enthousiasme, energie en passie te uiten of moet jij gewoon jouw frustratie even kwijt.

Daarom mag jij leren om beter en slimmer om te gaan met jouw energie, jouw ambities en jouw driften. Zo mag jij meer aandacht hebben voor tact en diplomatie, maar ook voor het bedenken van een goed plan of een strategie. Ook mag jij beter leren omgaan met tegenslag of verlies. Het is daarnaast belangrijk dat jij voldoende mogelijkheden hebt om jouw energie kwijt te kunnen en dat jij jouw emoties niet te veel opkropt, niet te lang stilzit en je niet teveel inhoudt. Jij moet jouw energie en frustratie soms gewoon even kwijt, voordat jij je kunt focussen of bezig kan gaan met concrete doelen.

Jij mag leren om je soms wat minder strijdbaar of overtuigend op te stellen en om wat meer te genieten. Luisteren, eerst even nadenken of een beetje tact gebruiken kan soms erg lastig zijn voor jou. Niet alleen omdat jij erg gedreven bent en jij graag duidelijk uitkomt voor jouw mening, maar ook omdat jij je niet altijd begrepen voelt door anderen. Zo wordt jouw aanpak of jouw houding niet altijd op prijs gesteld door anderen, maar misschien is dat alleen maar omdat jij het niet zo handig aanpakt.

Jij mag leren om wat slimmer om te gaan met jouw energie en jouw daadkracht. Je hoeft het niet weg te drukken, maar je mag soms wel wat langer nadenken voor je iets zegt, een vraag stellen of je wat meer verdiepen in een ander. Of soms gewoon eens tot 10 tellen voordat jij iets zegt of voordat jij je mening geeft. Maar het meest belangrijk voor jou is dat jij jouw energie kwijt kan, zodat jij voorkomt dat jij jouw negatieve energie en/of jouw emoties opkropt.



ALS HET NIET ZO GOED MET JOU GAAT

Hoe jij je gedraagt hangt ook af van hoe jij je op dit moment voelt. Als het niet zo goed met je gaat, dan laat jij misschien ander gedrag zien dan wanneer het wel goed met jou gaat. Als jij veel aan je hoofd hebt of als jij niet zo goed in jouw vel zit, dan is de kans groot dat jij vooral nog gedrag laat zien dat voor jou makkelijk is. Dit gedrag kan je dan zelfs een beetje te veel laten zien. In dit hoofdstuk wordt beschreven hoe jouw gedrag eruit kan zien als jij veel aan je hoofd hebt of als jij even niet zo lekker in jouw vel zit.

Ervaar jij onduidelijkheid en is er ook nog een gevoel van spanning, bijvoorbeeld omdat het thuis echt niet gezellig is of omdat er allerlei problemen zijn, dan voel jij je vaak erg ongelukkig, maar ook boos en gefrustreerd. Natuurlijk probeer jij hiermee om te gaan, maar meestal lukt dat niet zo goed. Dan trek jij je maar terug of ga jij er juist tegenin, maar wat je ook doet, het gaat eigenlijk altijd ergens mis. Vaak kost het je dan steeds meer moeite om open te staan voor verandering, jezelf ontwikkelen of nieuwe dingen ontdekken. Hierdoor val jij steeds meer terug op de dingen die je wel begrijpt of die je wel kunt organiseren.

In ieder geval gaat het ten koste van jouw nieuwsgierigheid en als de spanning oploopt, wordt het steeds moeilijker voor jou om te denken in kansen, oplossingen en mogelijkheden. Veel meer denk jij dan in risico's, beperkingen en problemen en houd je vast aan zekerheid en duidelijkheid. En natuurlijk wordt het dan ook steeds lastiger mogelijkheden te zien en positief te blijven.



WAT MOET JOUW BEGELEIDER OVER JOU WETEN?

Jezelf ontwikkelen hoeft 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.

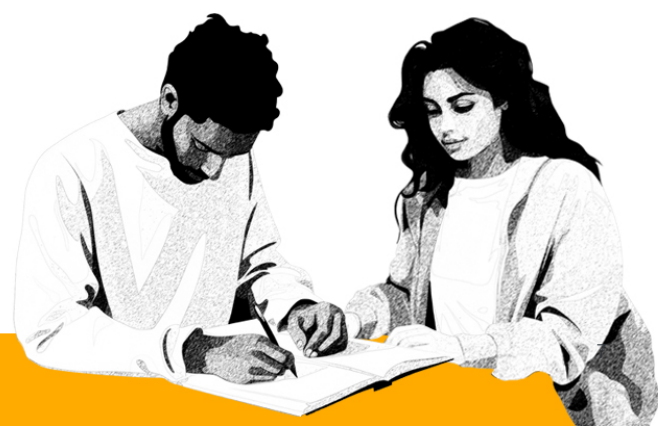
Afstand nemen, goed luisteren of eerst even nadenken kost jou veel energie en veel geduld, iets wat jij uit jezelf niet hebt en waar jij meestal veel moeite voor moet doen. Jij laat je niet dwingen om iets te doen waar je niet achter staat, en daarbij ben je ook gevoelig voor verleiding. Want saai of braaf, dat ben jij zeker niet. Jij hebt eerder een kort lontje en bent erg direct. Daarom moet jij blijven oefenen om vooral eerst even tot tien tellen voordat jij iets zegt en daarbij soms wat afstand nemen. Zo kan jij bijvoorbeeld niet zo goed tegen iemand die jou de les leest of voor jou bepaalt wat jij moet doen, wat jij moet leren of hoe jij jezelf moet ontwikkelen want dit bepaal jij zelf wel.

Hiermee zijn jouw ontwikkelpunten en jouw uitdagingen wel duidelijk geworden. Geduld, orde en structuur, maar ook samenspelen, rust en regelmaat is iets waar jij aan moet werken. Hierbij is het belangrijk dat jij jezelf leert bedwingen, soms even afstand van de situatie neemt en vooral goed nadent over een plan en de eventuele gevolgen en consequenties als jij jezelf bijvoorbeeld even niet in de hand hebt.

Het doen van een teamsport of contactsport, veel trainen en een goede begeleiding kan jou erg helpen. Want jij moet leren omgaan met al die energie, maar ook met gevoelens van anderen. Jij bent namelijk een echte streber, die koste wat het kost wil scoren of simpelweg wil winnen en dan heb jij vaak niet in de gaten wat jouw gedrag bij anderen oproept. Jij kan bijvoorbeeld erg dominant zijn, waardoor anderen niet met jou willen samenwerken. En als de druk of spanning dan ook nog eens oploopt, dan kun jij jezelf steeds minder goed beheersen, boos worden en jezelf nog meer dwingend opstellen naar anderen toe. Op dat moment heb je weinig controle over jezelf of over je gedrag. Een goede balans tussen inspanning en ontspanning is dus van belang.

Jij bent uit jezelf niet gericht op creativiteit, ontdekken of fantasie. Dit heeft effect op hoe jij leert of hoe jij jezelf ontwikkelt. Voor jou is het bijvoorbeeld erg belangrijk dat jij weet wat de bedoeling is, jij herkent en ook begrijpt wat jij moet doen of wat jij kunt verwachten. Krijg jij bijvoorbeeld tegenstrijdige prikkels of ervaar jij een gevoel van twijfel, dan zoek jij uit jezelf direct naar herkenning of naar een gevoel van zekerheid of veiligheid. Je vindt het lastig hiermee om te gaan, ook al ben jij misschien best wel nieuwsgierig of geïnteresseerd.

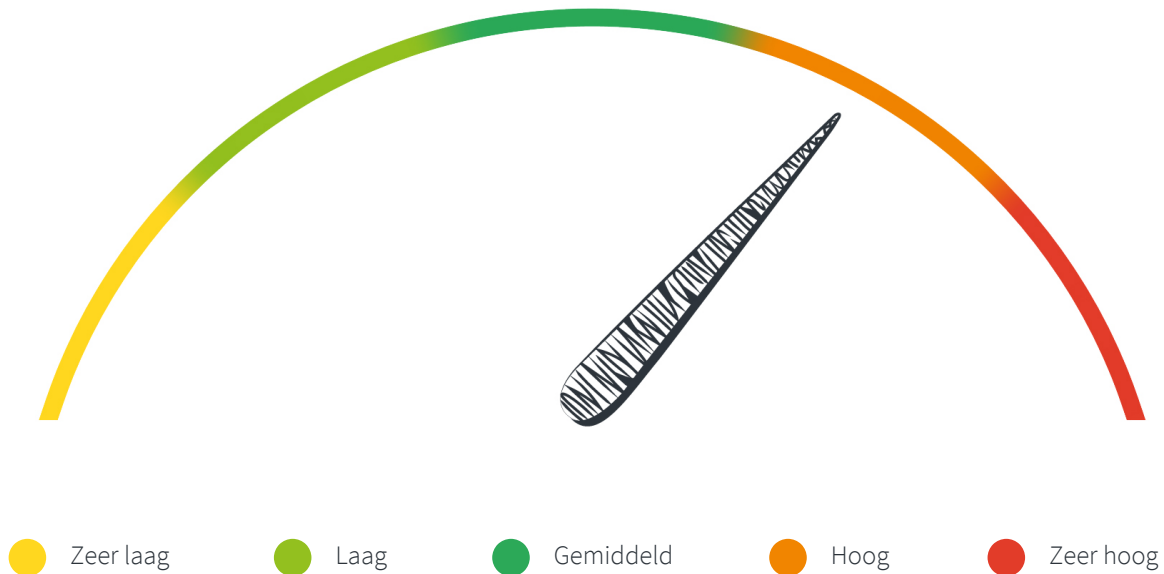
Concreet zijn hiermee jouw leerdoelen of uitdagingen wel duidelijk. Wel is het jou lastig om je hierin te ontwikkelen. Jij moet je ieder geval eerst veilig voelen om bijvoorbeeld fouten te mogen maken en hiervan te leren. Word jij hierbij niet goed begeleid of uitgedaagd, dan zal jij steeds wat meer gaan terugvallen op wat jij wel weet en wel kan organiseren. Zeker als de druk oploopt of als jij tegenstrijdige gevoelens ervaart. Want als jij druk en/of spanning ervaart, dan denk jij niet in kansen, oplossingen en mogelijkheden, maar wel in het voorkomen of het vermijden van problemen. In ieder geval daag jij jezelf niet uit, stel jij eerder gemaakte afspraken ter discussie en ga jij ook niet op zoek naar een alternatief. Wat juist wel nodig is om jezelf te ontwikkelen.





MENTALE BALANS

De Mentale balans zegt iets over hoe jij je op dit moment voelt, hoeveel zorgen jij hebt en hoeveel energie jij hebt om leuke dingen te doen. Ook zegt de Mentale balans iets over hoeveel ruimte jij op dit moment hebt om je verder te ontwikkelen of om je te focussen op een opleiding. De Mentale balans biedt ook inzicht in of jij op dit moment in staat bent om gedrag te laten zien waar jij geen energie van krijgt. Hoe meer zorgen en spanning jij ervaart, hoe meer jij namelijk zal terugvallen op jouw automatische gedrag en hoe lastiger het voor jou is om ander gedrag te ontwikkelen.



Jij ervaart op dit moment een verhoogde mentale belasting.

Dit houdt in dat je het gevoel hebt dat je onvoldoende of nauwelijks nog leuke dingen kan doen en ook niet goed meer in staat bent om jouw eigen beslissingen te nemen. Je ervaart dat je bij het nemen van beslissingen vaak veel te veel rekening moet houden met andere mensen, regels, verplichtingen of gemaakte afspraken en nauwelijks meer je hart kan volgen. Veel zorgen zoals schoolverplichtingen en hoge verwachtingen vragen vaak meer van je dan waar je aan kan voldoen, met een belemmerend effect op jouw schoolresultaten en het realiseren van studiesucces tot gevolg.

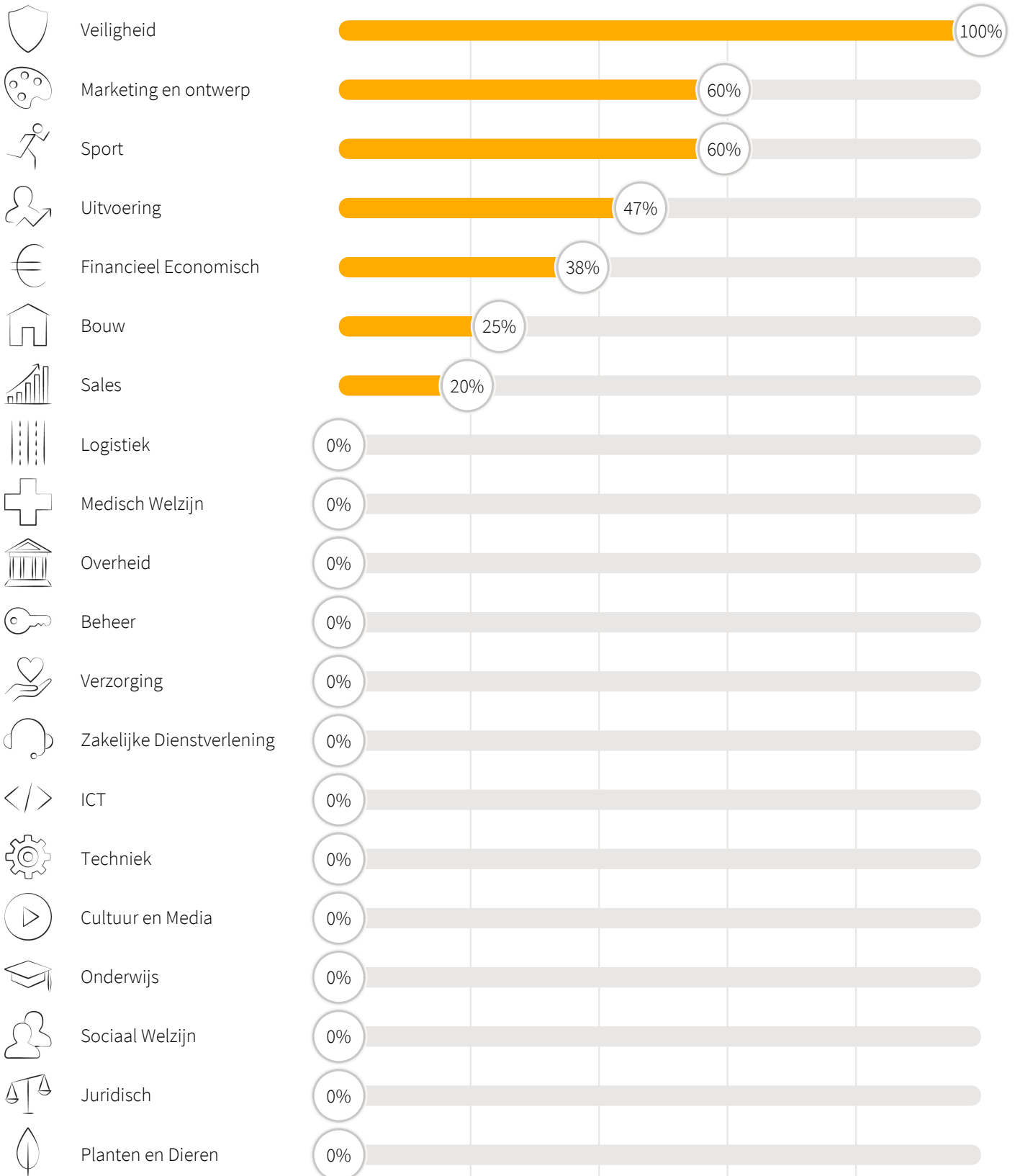
Alleen kom je hier vaak niet goed uit en je kunt het gevoel hebben dat er niet voldoende naar je wordt geluisterd. Veel mensen hebben geen idee wat er allemaal speelt, het zit vaak goed tegen en je kunt erg teleurgesteld zijn in zowel jezelf als andere mensen. Bij tegenslag kan je vaak niet voldoende terugvallen op anderen en je hebt zagezegd onvoldoende mentale reserves om goed om te kunnen gaan met plotselinge veranderingen of tegenslag. Dit heeft ook een negatieve invloed op de discipline en energie die je op kan brengen om te investeren in jouw persoonlijke ontwikkeling.

Besteed daarom veel aandacht aan jouw gezondheid, voeding, sport en voldoende ontspanning, en raadpleeg een (school)coach om de zaken waar je tegenaan loopt bespreekbaar te maken.



JOUW STUDIE- EN BEROEPSINTERESSES

In dit hoofdstuk wordt beschreven wat jij interessant vindt en wat juist niet. Ook wordt beschreven welke studies of beroepen daarbij zouden passen. Soms worden jouw interesses bepaald door wat je zelf leuk vindt, maar jouw interesses kunnen ook beïnvloed worden door de mensen om jou heen of door hoe jij je voelt. Het is daarom altijd belangrijk om te kijken waarom je bepaalde keuzes maakt en of deze keuzes ook passen bij jouw persoonlijkheid en bij waar jij energie van krijgt.



TOELICHTING STUDIE- EN BEROEPSINTERESSES

Hieronder wordt een toelichting gegeven op de studie- en beroepsrichtingen die het meest aansluiten bij jouw interesses.



VEILIGHEID

100%

Activiteiten en werkzaamheden

Activiteiten en werkzaamheden gericht op het realiseren van veiligheid, orde en de naleving van regels in de maatschappij.

Opleidingen MBO 1 en 2

Aankomend medewerker grondoptreden, Aankomend medewerker maritiem, Beveiliger 2, Genie gevechtsondersteuner II.

Opleidingen MBO 3

Aankomend onderofficier grondoptreden, Aankomend onderofficier maritiem, Beveiliger 3, Genie CBRN operator III (gevaarlijke stoffen), Genie gevechtsondersteuner III, Handhaver toezicht en veiligheid generieke opsporing (domein IV), Handhaver toezicht en veiligheid Milieu, welzijn en infrastructuur (domein II), Handhaver toezicht en veiligheid Openbaar vervoer (domein IV), Handhaver toezicht en veiligheid Openbare ruimte (domein I).

Opleidingen MBO 4

Geen.



MARKETING EN ONTWERP

60%

Activiteiten en werkzaamheden

Activiteiten en werkzaamheden gericht op het uitdragen van een boodschap of merk, presenteren van een product, reclame en communicatie.

Opleidingen MBO 1 en 2

Medewerker fotografie, Medewerker productpresentatie, Medewerker sign, Mediamaker.

Opleidingen MBO 3

Allround signmaker, Assistant fashion tailor, Basisgoudsmid, Fashion retailer, Retailspecialist, Vakbekwaam medewerker bloem, groen en styling.

Opleidingen MBO 4

AV-specialist, Creatief vakman, E-commerce specialist, Fashion product coördinator, Fashion tailor, Fotograaf, Goudsmid, Interieuradviseur, Marketing & Communication Specialist, Mediavormgever, Ruimtelijk vormgever, Signspecialist, Zilversmid.



SPORT

60%

Activiteiten en werkzaamheden

Activiteiten en werkzaamheden gericht op sport en sportbeoefening, fitness en fysieke beweging.

Opleidingen MBO 1 en 2

Medewerker sport en recreatie.

Opleidingen MBO 3

Sport- en bewegingsleider.

Opleidingen MBO 4

Bewegingsagoog, Buurtsportcoach, Leefstijlcoach, Trainer-coach/instructeur.



UITVOERING

47%

Activiteiten en werkzaamheden

Activiteiten en werkzaamheden gericht op het zelfstandig uitvoeren van opdrachten of klussen, ondernemer of manager zijn.

Opleidingen MBO 1 en 2

Meewerkend leidinggevende algemeen schoonmaakonderhoud, Opperman bestratingen.

Opleidingen MBO 3

(Ambulant) objectleider, Beheerder milieustraat, Fashion retailer, Meewerkend horeca ondernemer, Ondernemend schoenhersteller, Ondernemer bakkerij, Retailspecialist, Voorman BOR, Zelfstandig werkend bakker, Zelfstandig werkend gastheer/-vrouw, Zelfstandig werkend kok.

Opleidingen MBO 4

Coördinator duurzaamheid, Creatief vakman, Fashion designer, Fashion product coördinator, Interieuradviseur, Junior manager groothandel, Leidinggevende bakkerij, Leidinggevende bediening, Leidinggevende keuken, Leidinggevende leisure & hospitality, Leidinggevende team/afdeling/project, Leidinggevende travel & hospitality, Manager/bedrijfsleider fastservice, Manager/ondernemer horeca, Manager mobiliteitsbranche, Ondernemend meubelmaker/(scheeps)interieurbouwer, Ondernemer handel, Retailmanager, Salonmanager dame, Salonmanager heer, Teamleider AMBOR, Technisch leidinggevende, Uitvoerder, Uitvoerder bouw/infra, Uitvoerder gespecialiseerde aannemerij, Uitvoerder hijswerk, Vakspecialist ondernemer.

CONCLUSIE EN ADVIES

Kenmerkend

Jij wilt graag succes hebben en jezelf laten zien aan anderen. Aandacht vragen voor wie jij bent en wat je doet of kan, daar ben je goed in. Jij vindt het belangrijk dat mensen jou serieus nemen en waarderen wie je bent en wat je doet. Ook vind je het belangrijk dat andere mensen jou met respect behandelen. Jij vindt het leuk om in het middelpunt te staan en aandacht te krijgen van anderen. Dan kan je namelijk trots zijn op jezelf. Jij wilt graag belangrijk zijn en vindt het fijn wanneer je invloed kunt uitoefenen op anderen of een situatie.

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.

Valkuilen

Jij hebt een sterk gevoel voor eer en trots. Hierdoor voel jij je snel beledigd en heb je al gauw het gevoel dat anderen jou niet serieus nemen. Ook al was iets maar een grapje of om jou een beetje te plagen. Als jij je onzeker voelt zal je dit niet laten zien. Jij zult jezelf eerder 'overschreeuwen' en jezelf beter willen voordoen dan je bent. Je kan dan ook jaloers zijn. Als anderen jou advies of kritiek geven, vind je dit lastig en kan je net doen alsof je dit niet hoort. Hierdoor kunnen anderen jou als arrogant ervaren, terwijl je dit misschien helemaal niet bent.

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.

Ontwikkeling

Je mag leren om meer op jezelf te vertrouwen, zonder dat anderen dat moeten zeggen of vertellen. Leer tevreden te zijn met wat je wel hebt in plaats van wat je niet hebt. Zoek juist de samenwerking met andere mensen en geniet van doelstellingen die jullie samen bereiken. Als er toch iets niet goed gaat, geef jezelf dan even tijd en ruimte. Probeer niet toch je zin door te drijven of je gelijk te halen, dan gaat het juist fout. Probeer ook te leren lachen om de fouten die je maakt en vraag anderen om advies zodat je van je fouten kunt leren.

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.