



RUIMTE VOOR

JOUW ONTWIKKELING

Signaalkaart Ontwikkeling van
VOORBEELD RAPPORTAGE

16 oktober 2024

HALLO VOORBEELD,

Dit is de uitslag van jouw Signaalkaart Ontwikkeling. Hierin staan onderwerpen die een belangrijke rol spelen bij het realiseren van een veilige en passende omgeving, waarbinnen jij kan leren en ontwikkelen. Ook zijn deze onderwerpen van belang bij het voorkomen van voortijdig schoolverlaten. Het zijn onderwerpen die gaan over jouw (school)omgeving, maar het zijn ook onderwerpen die gaan over hoe jij je op dit moment voelt en hoe jij in je vel zit. Waar kun je nog wat extra hulp bij gebruiken en wat gaat eigenlijk al heel goed?

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 we laten zien.

Aan de hand van de DilemmaMethode worden deze vier factoren in kaart gebracht. Er wordt gekeken naar hoe we denken (het hoofd), wat we willen (het hart), wat we ergens van vinden (de raderen) en hoe we ons voelen (de voeten). In de onderstaande afbeelding wordt dit verder uitgelegd. In de Signaalkaart ligt de focus op de raderen en de voeten.



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. 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...

JOUW UITSLAG

ONTWIKKELFACTOREN



Binding



Geborgenheid



Schoolsituatie



Eigenwaarde



Veerkracht



Spontaniteit



Wereldbeeld



Onbevangenheid



Geen ondersteuningsbehoefte



Lage tot matige ondersteuningsbehoefte



Matige tot hoge ondersteuningsbehoefte



Ondersteuningsnoodzaak

Binding:



Veilig



Onzeker

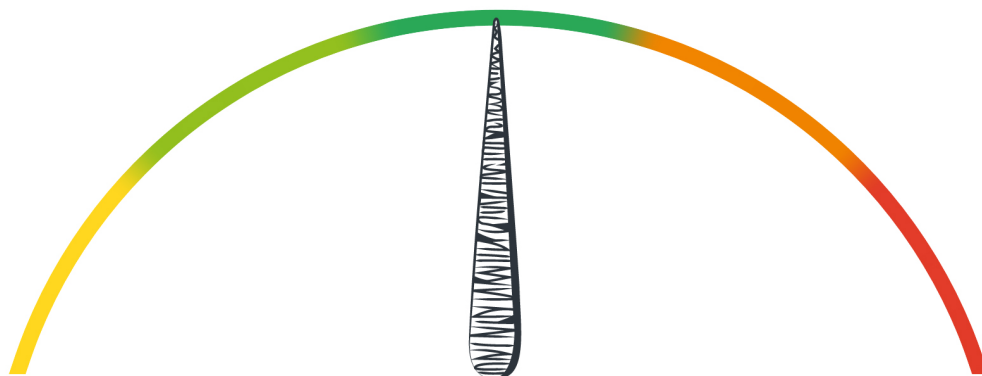


Vermijdend



Angstig

MENTALE BALANS



● Zeer laag

● Laag

● Gemiddeld

● Hoog

● Zeer hoog



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 voor een uitleg van 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 groen op Eigenwaarde.

Jij ervaart voldoende zelfvertrouwen en hebt een positief zelfbeeld. Jij bent tevreden over en met jezelf en jij hebt een positief gevoel over jouw talenten en kwaliteiten. Jij kan goed voor jezelf opkomen en doen waar jij je goed bij voelt. Jouw zelfverzekerdheid en zelfvertrouwen kunnen echter ook op weerstand stuiten of de oorzaak zijn van zelfoverschatting of impulsiviteit.



VEERKRACHT

Jij scoort donkeroranje op Veerkracht.

Jij kan soms moeite hebben je aan te passen en zal je niet altijd willen schikken naar veranderende omstandigheden. Jij hebt een voorkeur voor zekerheid en het nakomen van afspraken, maar zal je als het nodig is ook kunnen aanpassen aan een veranderende omgeving, mits dit goed wordt onderbouwd en toegelicht. Jij wil namelijk wel zelf de noodzaak ervan ervaren of het nut ervan inzien. Bij plotselinge veranderingen kan jij je overvallen voelen en weerstand uiten.



SPONTANITEIT

Jij scoort lichtoranje op Spontaniteit.

Jij kan je soms zorgen maken en twijfelen aan jezelf, maar anderzijds ook spontaan beslissingen nemen. Jij bent afwisselend naïef en voorzichtig, afhankelijk van de omstandigheden. Afhankelijk van jouw stemming of de sfeer kan jij je laten leiden door jouw gevoel, maar ook geprikkeld worden tot nadenken en voorzichtigheid. In sommige gevallen zie jij wel wat er op jou afkomt, in andere gevallen wacht jij af. Dit hangt vaak in hoge mate af van de omstandigheden en jouw omgeving. Dit kan als gevolg hebben dat jij geremd wordt in jouw ontwikkeling, je soms te veel laten leiden door de omstandigheden en minder open staat voor ontdekken en leren.



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

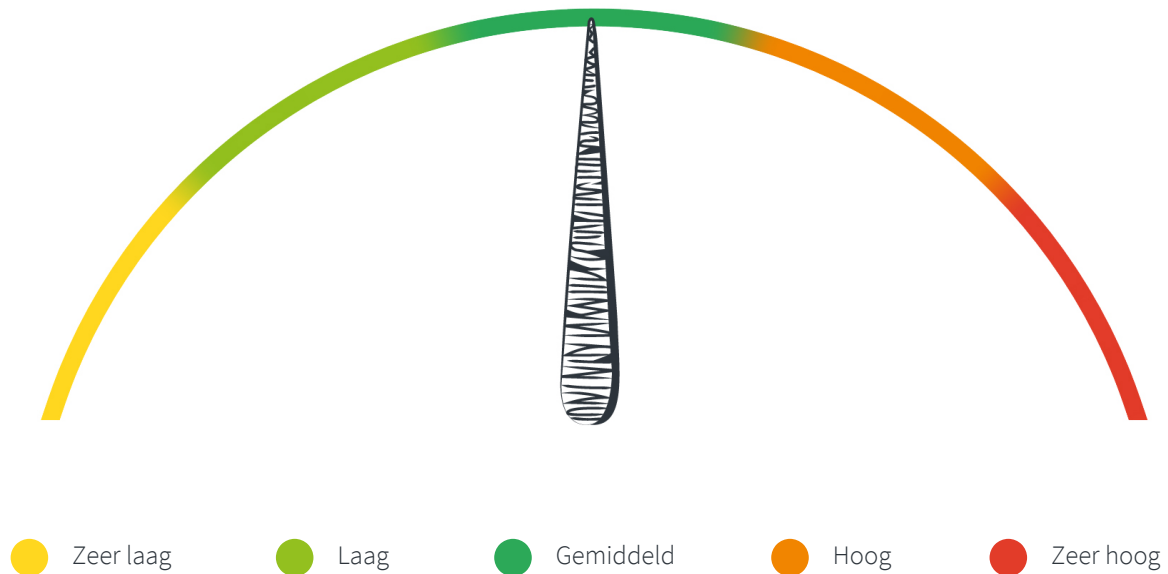
Jij scoort rood op Onbevangenheid.

Jij geeft met deze score aan een zeer heftige en traumatische gebeurtenis te hebben meegemaakt, waar jij nog erg veel last van hebt. Deze ervaring is voor jou zo heftig dat jij soms helemaal wordt overvallen door emoties als verdriet, onmacht of boosheid. Hierdoor kan jij soms niet goed functioneren en aanvallen van woede of angst ervaren. Vooral als jij eraan terugdenkt, kan jij je erg alleen voelen en dan moeite hebben te geloven in een mooie toekomst of een gelukkig bestaan. Het is daarom erg belangrijk hulp toe te laten om deze ervaring te verwerken en het vooral niet weg te drukken of te ontkennen.



JOUW SCORE OP DE 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. Soms is het namelijk nodig dat jij je gedrag aanpast, bijvoorbeeld aan de situatie. Hoe meer zorgen en spanning jij ervaart, hoe meer jij echter zal terugvallen op jouw persoonlijkheid en hoe lastiger het voor jou is om ander gedrag te laten zien.



Jij scoort groen op de Mentale balans.

Dit houdt in dat je niet altijd zo maar kan doen of laten waar je zin in hebt, maar ook een aantal zorgen of verplichtingen hebt. Je geeft aan dat je bij het nemen van beslissingen of het maken van (school)keuzes ook rekening moet houden met eventuele onmogelijkheden of beperkingen. Soms hebben anderen verwachtingen van jou, waar je niet altijd geheel aan kan voldoen. Over het algemeen ervaar je wel voldoende mentale capaciteiten en energie te hebben om hier goed mee om te gaan.

Af en toe vraagt de situatie om meer na te denken over jouw beslissingen of meer te investeren in jouw school dan je prettig vindt, maar meestal zijn er ook voldoende leuke dingen waar jij je op kan richten. Heb je eenmaal een (school)keuze gemaakt en weet je wat je wil, dan zal jij je soms toch moeten motiveren om door te zetten en moeten investeren in discipline en daadkracht om jouw school uiteindelijk succesvol af te kunnen ronden. Investeer daarom niet alleen in jouw school, maar vooral ook in sport, beweging, voeding en persoonlijke ontwikkeling en zorg voor een goede balans tussen inspanning en ontspanning.

BIJLAGE: UITLEG 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.