



IK WIL WETEN WIE IK BEN

**Ik-Wijzer van
VOORBEELD RAPPORTAGE**

24 oktober 2023

HALLO VOORBEELD,

Dit is de uitslag van jouw Ik-Wijzer. 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. Ik-Wijzer vertelt iets over wie jij bent. Het geeft inzicht in jouw persoonlijkheid en in jouw gedrag.

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 Ik-Wijzer ligt de focus op het hart.



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. 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 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.

• 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)

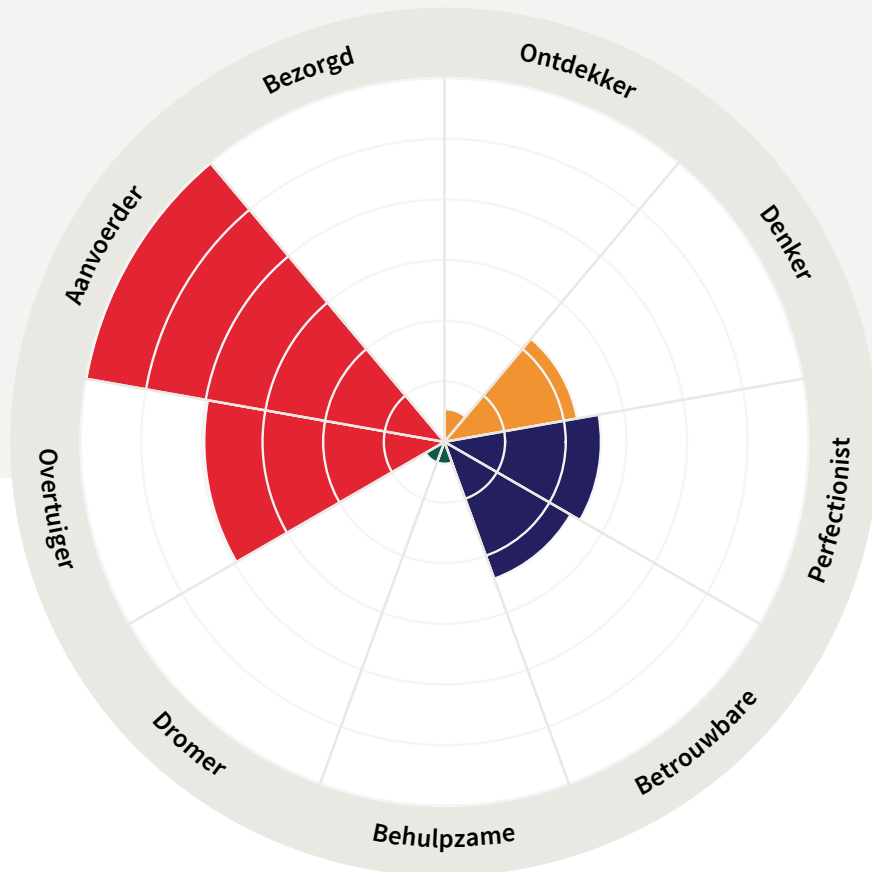
• Je begrijpt er niks van (het hoofd)

DIT WORDT EEN LEUKE DAG!

DIT WORDT HELEMAAL GEEN LEUKE DAG...

JOUW UITSLAG

De Ik-Wijzer geeft inzicht in jouw 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 streeft naar zakelijk, concreet en vooral duidelijk.

WAT IS MIJN VALKUIL?

Je kunt eigenlijk niet goed tegen je verlies.

Je kunt relaties onder druk zetten of het conflict aangaan.

WAAR BEN IK GOED IN?

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

Je kunt handelend optreden en desnoods afstand nemen.

WAT MAG IK NOG LEREN?

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

Je mag meer aandacht hebben voor sociale verhoudingen, tact en diplomatie.



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.

In jouw houding en gedrag ben jij vooral direct en vaak meer streng dan aardig. Althans, zo kom jij wel vaak over op anderen. Jij bent bijvoorbeeld meer gericht op actie dan dat jij soms even afstand neemt of je geduldig opstelt. Jij laat zien waarvoor jij staat, durft op te komen voor jouw rol of taak en jij komt vaak wel in actie waar veel anderen nog even nadenken of twijfelen. Jij bent vaak vooral zakelijk, rationeel en concreet. Heb jij een doel of missie, dan kom jij vaak direct in actie, waarbij jij je niet laat hinderen door sfeeraspecten of bezwaren van anderen. Jij stelt je vooral nuchter en pragmatisch op. En hoe voorzichtiger anderen zijn, hoe meer jij jouw moed en daadkracht toont.



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.

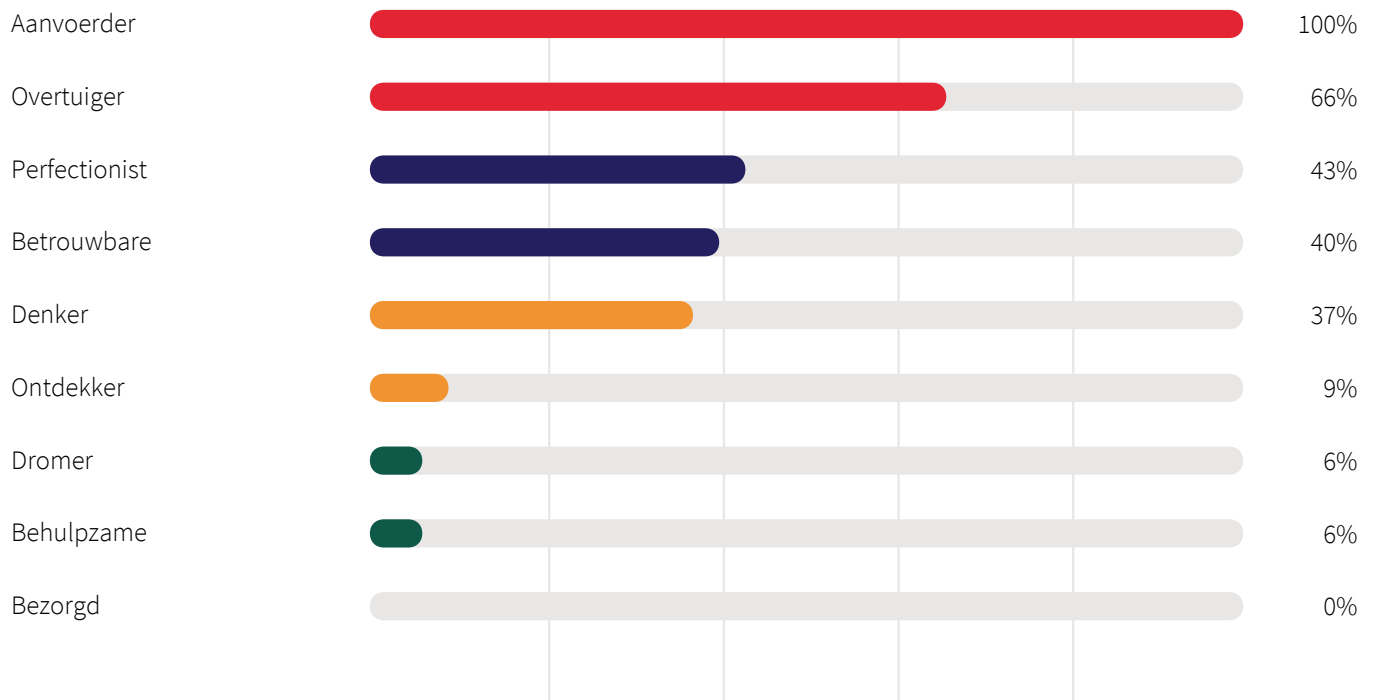
Jij vindt het niet moeilijk om jezelf te uiten of om je staande te houden. Jij zet sterk in op kracht, daadkracht, lef en actie, maar jij bent ook strijdbaar en competitief. Hierbij vergeet jij nog wel eens om rekening te houden met de gevoelens van andere mensen. Ook ben jij je niet altijd bewust van wat jouw gedrag doet met anderen.

Jij mag leren om een betere balans aan te brengen tussen jouw persoonlijke belangen en de belangen of interesses van anderen. Zo mag jij wel wat meer interesse tonen in andere mensen en wat meer aandacht hebben voor wat er speelt bij anderen. Ook mag jij leren om meer betrokken, vriendelijk, meelevend of minder veeleisend te zijn naar anderen toe. Of om wat minder snel jouw kritische mening te geven en wat minder dominant of confronterend te zijn. Dit hoeft jij niet alleen te doen, jij mag hier ook de hulp van anderen bij inschakelen. Het is dan wel belangrijk dat jij open staat voor reflectie en dat jij kritiek niet zo persoonlijk opvat.



JOUW GEDRAG IN DE KLAS OF IN EEN GROEP

Zoals we inmiddels weten, heeft jouw persoonlijkheid invloed op het gedrag dat jij wel of juist niet zal laten zien. Zo heeft het ook invloed op hoe jij je gedraagt in een groep of in de klas. Dat wordt in dit hoofdstuk beschreven.



WAT BETEKENT DIT VOOR JOU?

In de klas of in een groep ben jij meestal de aanvoerder. In ieder geval ben jij echt niet verlegen, bescheiden of voorzichtig. Jij bent niet bang om het initiatief te nemen. Het kost jou juist moeite om jezelf in te houden. Ook kost het jou veel kracht en energie om jezelf geduldig op te stellen. Meestal doe jij iets wel even zelf, want afwachten of iets door anderen laten doen, vraagt vaak meer geduld van jou dan jij kunt opbrengen. Hierdoor houdt jij ook niet altijd voldoende rekening met de gevoelens van anderen. Vooral ook omdat jij zo sterk gericht bent op winnen en goed presteren.

Als het tegenzit of als het allemaal niet lekker loopt, dan erger jij je al snel aan anderen, aan regels of afspraken. Jij bent dan ook erg ongeduldig, snel geïrriteerd, gestrest of teleurgesteld. Ook kan jij je ergeren als jij je moet verantwoorden of als anderen jou aanspreken op jouw gedrag. Jij hebt hier dan moeite mee, omdat je het gewoon lastig vindt om je kwetsbaar op te stellen. Als jij hier niet slim of tactisch mee omgaat, dan kan jij de verbinding met anderen verliezen. In ieder geval gaat het dan ten koste van de sfeer, maar ook van leren of ontwikkelen.

In de klas of in een groep ben jij uit jezelf niet gericht op samenwerking en jij zal anderen ook niet snel vragen om jou te helpen. Eigenlijk doe jij het liefst jouw eigen ding. Jij zoekt het liefst zelf naar een antwoord en vaak probeer jij liever iets zelf uit, dan dat jij jezelf lerend en vragend opstelt. Alleen als je zelf echt het gevoel hebt dat het nodig is, dan vraag je anderen en ook samenwerken doe je eigenlijk alleen als je er zelf wat aan hebt.

In ieder geval ben jij uit jezelf niet gericht op gezelligheid of een goede sfeer en doe jij geen moeite om onderling taken eerlijk te verdelen. Wel ga jij als het jou uitkomt gewoon de competitie aan en een conflict ga jij ook echt niet uit de weg. Naar anderen toe ben jij duidelijk en direct en niet altijd echt vriendelijk of voorzichtig. Jij hebt voldoende zelfvertrouwen, maar jij kan jezelf soms ook overschatten of jezelf groter en belangrijker maken dan jij kan waarmaken.



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.

In jouw communicatie ben jij direct en duidelijk en meestal zeg jij direct wat jij vindt. Jij bent meestal gewoon maar duidelijk en niet per sé vriendelijk, voorzichtig of bedachtzaam. In ieder geval heb jij er geen moeite mee om je zakelijk op te stellen en meestal heb jij voldoende zelfvertrouwen om jezelf te profileren. Wel kan jij jezelf soms makkelijk overschatten of maak jij jezelf groter of belangrijker dan jij altijd kunt waarmaken. In ieder geval houd jij uit jezelf niet altijd voldoende rekening met de persoonlijke omstandigheden, de gevoelens of de beleving van anderen. En als jij zelf problemen of zorgen hebt, dan heb jij echt geen oog of aandacht meer voor de eventuele zorgen of problemen van anderen.

Hiermee is duidelijk omschreven wat jouw leerdoelen zijn of wat concreet jouw uitdaging is. Zonder twijfel mag jij meer tijd, energie en aandacht steken in het ontwikkelen van tact, jouw manier van communiceren en jouw manier van jezelf presenteren. Maar het meest belangrijk is het wel dat jij meer open staat voor anderen of mag jij meer aandacht hebben voor wat er in anderen omgaat. Ook mag jij alert zijn dat jij een situatie niet onderschat of mag jij voorkomen dat jij jouw bijdrage niet groter maakt dan nodig is. Bijvoorbeeld mag jij anderen meer betrekken, meer open staan voor overleg of gewoon samenwerken. Kortom, meer slim of gewoon iets meer diplomatiek zijn in jouw gedrag.

