

KEUZE MAKEN

Hoi!

Leuk dat je een kijkje neemt op onze website en deze opdracht hebt gedownload! Deze opdracht hoort bij podcast **aflevering #02 Zelfinzicht en studiekeuze - Anna**. Mocht je de podcast nog niet hebben beluisterd, dan is het een goed idee om daar mee te beginnen. De aflevering duurt 19 minuten.

Hieronder staat het model dat we in deze podcast hebben besproken: **de elementen die van invloed zijn op jou en je studiekeuze**. (Het model van comfortzone-leerzone en de bijbehorende opdracht staat ook op onze site, daarvoor hebben we een andere opdrachtsheet gemaakt).

Op de volgende pagina staan de vragen die horen bij dit model en podcast #02. Het doel van deze opdracht is dat jij beter weet waarom zelfinzicht belangrijk is wanneer je een studiekeuze maakt, en wat je kunt doen om meer inzicht te krijgen in wie je bent, wat je kunt en wat je belangrijk vindt. Het ergste dat er kan gebeuren, is dat je er iets van leert...

Heb je naar aanleiding hiervan een vraag? Voel je vrij om contact op te nemen met ellen@thecoachingcompany.nl.

Liefs van Ellen



IK MAAK EEN KEUZE

Kijk eens naar het model op de vorige pagina en vul voor jezelf eens in wat je allemaal al weet:

- invloed van buitenaf: wie of wat heeft er invloed op jou en je keuze? Denk aan vragen als: op wat voor manier? wat wordt er dan gezegd? wat zijn de adviezen die je krijgt? van wie? waarom zeggen mensen dat? waarom denk jij dat? klopt dat ook? wat vind jijzelf? welke verwachtingen zijn er vanuit de maatschappij? of vanuit anderen? of welke verwachtingen heb jijzelf? hoeveel invloed heeft dit alles op jou en je keuze? hoeveel invloed zou het van jou mogen hebben op jou en je keuze?
- keuze van binnenuit: wie ben ik. Vul in wat je al weet van de onderwerpen die staan bij wat kan ik?, wat vind ik?, wat wil ik?



MAAK JIJ JE KEUZE 'OUSIDE IN' OF 'INSIDE OUT'?



VRAAG HET AAN...

- Vraag eens aan je ouders hoe zij hun studie of beroep hebben gekozen? Was dat een heel zelfbewuste keuze? Of juist niet?
- Ga eens in jouw eigen omgeving op zoek naar mensen die iets heel anders gestudeerd hebben dan dat zij nu voor werk doen: wat valt je daarin op? Hoe kijken zij naar hoe goed zij zichzelf kenden toen ze voor het eerst een keuze moesten maken?

