qwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmrtyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmrtyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmrtyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmrtyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmrtyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmrtyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmrtyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnm

|  |
| --- |
| FC COMPETENTIES  BEGINMETING  20-10-2014 |

**Hallo student,**

Je krijgt deze beginmeting van de FC competenties omdat je net bent begonnen met je opleiding. In de les heb je uitleg gekregen over de FC competenties en nu ben jij aan zet. Middels deze beginmeting krijg je een beeld van op welke manier jij nu scoort op deze competenties. Het is belangrijk dat je vanaf het begin van je opleiding bezig bent met persoonlijke groei. Het is belangrijk om bewust te zijn van deze competenties, zo ben je ook bewust van je groei!

**Wie?**   
Deze opdracht is een individuele opdracht. Dat betekent dat je de opdracht uitsluitend alleen maakt.

**Wat verwacht ik van jou?**

1. Per competentie vul je het tabel in. Je scoort jezelf. 0 is de laagste waarde en 10 is de hoogste waarde. Als de zin bij heel erg bij past geef je een hoog cijfer, als de zin helemaal niet bij je past dan geef je een lager cijfer.
2. Per competentie tel je, je score op en vult je totaalscore in;
3. Per competentie bedenk je één leerdoel voor periode 2.
4. Overkoepelend schrijf een reflectie. In de reflectie komt naar voren:
   1. de leerdoelen *(van elke competenties benoem je hier nogmaals alle leerdoelen)*;
   2. op welke manier jij denkt te groeien binnen de leerdoelen *(wat is jouw verwachting?)*;
   3. waarom groeien binnen de competenties belangrijk voor jou is *(wat denk je dat het jou kan opleveren?)*;
   4. wat je nodig hebt om de groei te bereiken *(denk hierbij aan middelen, gesprekken en motivatie)*

|  |  |
| --- | --- |
| **Wanneer?** Je werkt deze opdracht uit tijdens de coaching en/of de zelfstandige werkuren.  **Hoe?** Je mag het in dit document uitwerken. Schrijf dan wel netjes, zodat een ander je handschrift ook kan lezen. Je mag het document ook digitaal overnemen en op deze manier het verwerken tot je eigen verslag. Het is belangrijk dat je een eigen voorblad aanvult met je naam, je klas en de naam van de opdracht.  **Waarom?** Omdat. Het belangrijk is om stil te staan bij persoonlijke groei.  **Uiterlijke inleverdatum?** … | *Tip:*  *Een doel kun je eenvoudig concreet maken door een ezelsbruggetje te gebruiken. Dit ezelsbruggetje heet het SMART-principe. Nadat je, je doel hebt bedacht kun je deze vragen gaan beantwoorden. Wanneer alle aspecten duidelijk naar voren komen is je doel klaar. Via de vragen kun je ook je doel nader specificeren zodat het voor jou duidelijker wordt wat je wilt bereiken.*   * ***S****pecifiek - Is de doelstelling eenduidig?* * ***M****eetbaar - Onder welke (meetbare/observeerbare) voorwaarden of vorm is het doel bereikt?* * ***A****cceptabel - Is deze acceptabel voor de doelgroep en/of het management?* * ***R****ealistisch - Is het doel haalbaar?* * ***T****ijdgebonden - Wanneer (in de tijd) moet het doel bereikt zijn?[[1]](#footnote-1)* |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Het vermogen om met een open enthousiaste houding nieuwe dingen aan te pakken** | **GEEF JEZELF EEN SCORE. 0 is de laagste waarde en 10 is de hoogste waarde.** | | | | | | | | | |
| Je straalt enthousiasme uit | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je hebt interesse voor het beroep | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je toont initiatief | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je durft kritisch naar jezelf te kijken | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je benut je talenten door het beste uit jezelf naar boven te halen | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je neemt verantwoording en legt verantwoording af | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| **Totaal score** |  | | | | | | | | | |
| Tel al je punten op en vul de totaalscore hiernaast in |  | | | | | | | | | |
| Conclusie | | | | | | | | | | |
| Bedenk minimaal één leerdoel waar je komende periode aan kunt werken zodat je sterker nu worden in deze competentie. *(voorbeeld: “Ik ga in de volgende periode minimaal twee keer initiatief nemen in het contact opnemen met een coach. Naderhand reflecteer ik op deze ervaring door middel van een gesprek met mijn coach.”)* |  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **2. Het vermogen jezelf steeds beter te leren kennen** | **GEEF JEZELF EEN SCORE. 0 is de laagste waarde en 10 is de hoogste waarde.** | | | | | | | | | |
| Je kent je eigen kwaliteiten en valkuilen | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je weet welke doelen en toekomstplannen je nastreeft | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je hebt inzicht in de manier waarop jij leert | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je bent bereid met anderen over jezelf en je functioneren te praten | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je neemt de feedback van anderen serieus | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kunt kritisch kijken naar jezelf en je functioneren, daarvan leren en je handelen daarop aanpassen | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| **Totaal score** |  | | | | | | | | | |
| Tel al je punten op en vul de totaalscore hiernaast in |  | | | | | | | | | |
| Conclusie | | | | | | | | | | |
| Bedenk minimaal één leerdoel waar je komende periode aan kunt werken zodat je sterker nu worden in deze competentie. *(voorbeeld: “Aan het einde van periode twee heb ik een document opgesteld waarin ik mijn doelen en toekomstplannen heb uitgeschreven.”)* |  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **3. Het vermogen om in te schatten in welke situatie je bent en je plek te vinden** | **GEEF JEZELF EEN SCORE. 0 is de laagste waarde en 10 is de hoogste waarde.** | | | | | | | | | |
| Je weet welke werkzaamheden van jou als werknemer verwacht worden | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je werkt volgens de voorgeschreven regels en procedures | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kent de functies en verantwoordelijkheden van jezelf en je collega’s | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je neemt initiatief | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kent je eigen grenzen | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je handelt ethisch en integer | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je maakt onderscheid tussen jouw normen en waarden en die van het bedrijf | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| **Totaal score** |  | | | | | | | | | |
| Tel al je punten op en vul de totaalscore hiernaast in |  | | | | | | | | | |
| Conclusie | | | | | | | | | | |
| Bedenk minimaal één leerdoel waar je komende periode aan kunt werken zodat je sterker nu worden in deze competentie. |  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **4. Het vermogen om samen te werken in verschillende (beroeps)situaties** | **GEEF JEZELF EEN SCORE. 0 is de laagste waarde en 10 is de hoogste waarde.** | | | | | | | | | |
| Je kunt duidelijke afspraken met je leidinggevende en eventuele andere collega’s maken over wie, wat, waar en wanneer doet, zodat misverstanden worden voorkomen | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kunt je houden aan afspraken | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kunt een planning met je collega’s en leidinggevende maken. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kunt in lijn met de binnen het bedrijf geldende regels, normen en waarden werken | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kunt op het goede moment de beslissing nemen om een collega te raadplegen en zo nodig verwijs je door naar andere collega’s | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kunt respect voor anderen tonen | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kunt afspraken nakomen | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kunt bij evaluaties feedback ontvangen | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je ziet feedback als een suggestie voor ontwikkeling of verbetering, zodat je er van leert | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kunt in moeilijke situaties je eigen emoties onder controle te houden en hier passend mee omgaan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

|  |  |
| --- | --- |
| **Totaal score** |  |
| Tel al je punten op en vul de totaalscore hiernaast in |  |
| Conclusie | |
| Bedenk minimaal één leerdoel waar je komende periode aan kunt werken zodat je sterker nu worden in deze competentie. *(voorbeeld: “Aan het einde van periode 2 heb ik bij twee medestudenten en twee docenten feedback gevraagd over mijn studiegedrag.”)* |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **5. Het vermogen om contact te maken en contact te onderhouden met mensen** | **GEEF JEZELF EEN SCORE. 0 is de laagste waarde en 10 is de hoogste waarde.** | | | | | | | | | |
| Je kunt interesse tonen in wat collega's en klanten bezighoudt | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kunt klanten en collega’s met een open en enthousiaste houding tegemoet treden | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kent je plaats binnen de organisatie en weet professionele afstand te houden | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kunt je inleven in klanten en collega's en hun mening en opvattingen respecteren | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je gaat conflicten met collega's en klanten niet uit de weg, maar bent bereid dit bespreekbaar te maken | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je stelt op correcte wijze knelpunten in de samenwerking aan de orde | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kunt je eigen kennis en ervaring delen met anderen | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| **Totaal score** |  | | | | | | | | | |
| Tel al je punten op en vul de totaalscore hiernaast in |  | | | | | | | | | |
| Conclusie | | | | | | | | | | |
| Bedenk minimaal één leerdoel waar je komende periode aan kunt werken zodat je sterker nu worden in deze competentie. |  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **6. Het vermogen om te bereiken wat je van plan bent, resultaat te behalen** | **GEEF JEZELF EEN SCORE. 0 is de laagste waarde en 10 is de hoogste waarde.** | | | | | | | | | |
| Je kunt gemaakte afspraken nakomen | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kunt een planning maken | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kunt je aan een planning houden | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kunt initiatieven nemen | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kunt passend functioneren bij tijdsdruk en tegenslag zodat gestelde doelen worden gehaald | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Je kunt flexibel inspelen op onvoorziene omstandigheden | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| **Totaal score** |  | | | | | | | | | |
| Tel al je punten op en vul de totaalscore hiernaast in |  | | | | | | | | | |
| Conclusie | | | | | | | | | | |
| Bedenk minimaal één leerdoel waar je komende periode aan kunt werken zodat je sterker nu worden in deze competentie. *(voorbeeld: “Aan het einde van periode twee heb ik een planning gemaakt van mijn huiswerk voor de projecten. Ik volg deze planning.”)* |  | | | | | | | | | |

|  |
| --- |
| **OVERALL REFLECTIE *(voorwaarden over inhoud vind je op pagina 2)*** |
|  |

1. Wikipedia.nl, geraadpleegd op 18 oktober 2014, van: nl.wikipedia.org/wiki/SMART-principe [↑](#footnote-ref-1)