

## Oefening 1: Waar ben ik goed in, waar houd ik van?

### *Doel van de oefening*

Een eerste beeld vormen van je talenten.

### *Toelichting*

Deze eerste oefening is bedoeld als opwarmertje, om een eerste indruk te krijgen van je persoonlijke kwaliteiten.

Hiervoor kijken we naar de situaties waarin jij floreert. Wanneer ben jij op je best? Wat doe je het liefst? Waar ben je trots op?

De dingen waar je goed in bent, zijn vaak ook de dingen waar je het meeste plezier aan beleeft. Wat is het leukste project dat je ooit hebt gedaan? Met welke mensen werk je graag samen?

### *Instructie*

- Noteer in steekwoorden de antwoorden die in je opkomen naar aanleiding van de vragen in het werkformulier.
- Dit is een brainstormoefening. Het gaat er niet om het perfecte antwoord te geven. Er zijn meerdere antwoorden mogelijk. Noteer snel en zonder al te diep na te denken wat er in je opkomt.
- Kijk naar alle terreinen van je leven, dus niet alleen studie, maar ook werk, sport, hobby en vrije tijd.

*Vul het onderstaande formulier in.*

© Hiemstra, D. (2018), Talentenwijzer. Boom uitgevers Amsterdam.

**6. Mijn beste eigenschappen:**

**7. Prestaties waar ik trots op ben:**

**8. Hoe een topdag er voor mij uit ziet:**

**9. Een mooi compliment dat ik heb ontvangen:**

**10. Ik vergeet de tijd als:**