# **lob 1 hoe werk ik op school?**

startopdracht

### **1. Test je doelgerichtheid**

Lees de stellingen in de tabel. Vink bij elke stelling aan hoe goed ze bij jou past.

|  |  |
| --- | --- |
| 1 = past helemaal niet2 = past bijna niet | 3 = past bijna4 = past helemaal |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1 | Als ik aan een taak begin, dan maak ik die ook af. | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |
| 2 | Het lukt mij goed om mijn aandacht bij mijn werk te houden. | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |
| 3 | Ik vind het belangrijk iets te bereiken in mijn leven. | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |
| 4 | Ik wil een doel bereiken (bijv. een diploma halen). | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |
| 5 | Ik werk regelmatig aan doelen die ik wil bereiken. | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |
| 6 | Ik laat andere leuke dingen lopen om mijn doel te bereiken. | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |
| 7 | Ik steek veel tijd en energie in het bereiken van mijn doel. | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |
| 8 | Ik vraag anderen om hulp als ik iets niet weet of kan. | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |
| 9 | Ik leef gezond, omdat dat me helpt om mijn doel te bereiken. | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |
| 10 | Ik kan me tussen het werk door goed ontspannen. | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |

Tel de punten op die je per vraag gescoord hebt. Je kunt maximaal 40 punten halen.

|  |  |
| --- | --- |
| Noteer jouw score |       |

Heb je na eerlijk invullen minder dan 30 punten? Dan kun je nog veel leren in onderdeel 1, dat gaat over hoe je doelen kunt stellen en hoe je kunt zorgen dat je die behaalt.

Hoe belangrijk vind jij het werken aan doelen? Leg uit waarom.

Praat hier samen over.