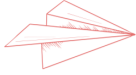


**VEERKRACHT IN HET ONDERWIJS
VAN ZELFREFLECTIE NAAR TEAMZORG**

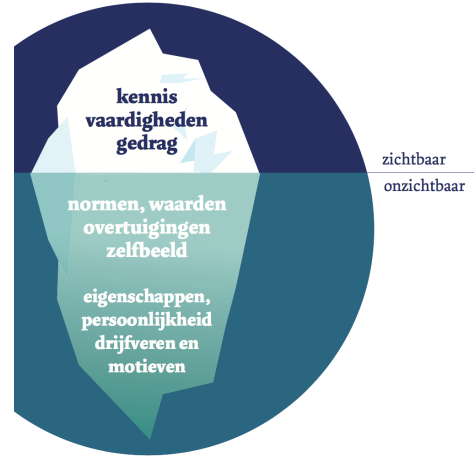
PORTFOLIO



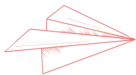
1. Bij-blijvers

PERSOONLIJK

Welke inzichten vielen je op?

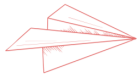


Welke concrete acties kan je hieraan koppelen?



2. Welke begrippen koppel je vanaf nu aan het woord 'veerkracht'?



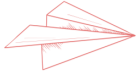


3. Jouw troeven

Welke sterktes van jezelf vind je in dit overzicht? Waarover krijg je vaak complimenten?

Ik heb een dosis ... in mij.
<input type="checkbox"/> bedachtzaamheid
<input type="checkbox"/> creativiteit
<input type="checkbox"/> daadkracht
<input type="checkbox"/> discipline
<input type="checkbox"/> discretie
<input type="checkbox"/> doorzettingsvermogen
<input type="checkbox"/> durf/lef
<input type="checkbox"/> empathie
<input type="checkbox"/> energie/enthousiasme
<input type="checkbox"/> ernst
<input type="checkbox"/> expertise
<input type="checkbox"/> flexibiliteit
<input type="checkbox"/> geduld
<input type="checkbox"/> helicopterview
<input type="checkbox"/> humor
<input type="checkbox"/> integriteit
<input type="checkbox"/> inzet
<input type="checkbox"/> kritische geest
<input type="checkbox"/> leervermogen
<input type="checkbox"/> loyaliteit
<input type="checkbox"/> objectiviteit
<input type="checkbox"/> oog voor details
<input type="checkbox"/> opmerkzaamheid
<input type="checkbox"/> optimisme
<input type="checkbox"/> reflectievermogen
<input type="checkbox"/> verantwoordelijkheidszin
<input type="checkbox"/> visie
<input type="checkbox"/> zelfkennis
<input type="checkbox"/> zelfvertrouwen
<input type="checkbox"/> zorgvuldigheid
<input type="checkbox"/>
Ik zet vlot in op...
<input type="checkbox"/> administratieve taken
<input type="checkbox"/> didactische werkvormen
<input type="checkbox"/> digitale leermiddelen
<input type="checkbox"/> audiovisuele ondersteuning
<input type="checkbox"/> begeleiding/Coaching
<input type="checkbox"/> groepsdynamiek
<input type="checkbox"/> evalueren en rapporteren

<input type="checkbox"/> techniek/ICT
<input type="checkbox"/> vakinhouden
<input type="checkbox"/>
Ik kan (goed)...
<input type="checkbox"/> aansturen
<input type="checkbox"/> activeren
<input type="checkbox"/> analyseren
<input type="checkbox"/> argumenteren
<input type="checkbox"/> begeleiden
<input type="checkbox"/> beslissingen nemen
<input type="checkbox"/> concretiseren
<input type="checkbox"/> coördineren
<input type="checkbox"/> differentiëren
<input type="checkbox"/> doelen bepalen/realiseren
<input type="checkbox"/> doorvragen
<input type="checkbox"/> doorgronden
<input type="checkbox"/> enthousiasmeren
<input type="checkbox"/> feedback geven
<input type="checkbox"/> flexibel omgaan met verandering
<input type="checkbox"/> improviseren
<input type="checkbox"/> initiatief nemen
<input type="checkbox"/> innoveren of vernieuwen
<input type="checkbox"/> kwaliteit leveren
<input type="checkbox"/> luisteren
<input type="checkbox"/> meedenken
<input type="checkbox"/> motiveren
<input type="checkbox"/> netwerken
<input type="checkbox"/> observeren
<input type="checkbox"/> oplossingen bedenken
<input type="checkbox"/> overleg voorbereiden/stimuleren
<input type="checkbox"/> overzicht houden
<input type="checkbox"/> plannen en organiseren
<input type="checkbox"/> presenteren
<input type="checkbox"/> redigeren van teksten/brieven
<input type="checkbox"/> mezelf bijsturen en ontwikkelen
<input type="checkbox"/> relativeren
<input type="checkbox"/> rust brengen
<input type="checkbox"/> samenwerken
<input type="checkbox"/> speechen
<input type="checkbox"/> strategie bepalen



4. Eigen-schappen

Laat nu je 'eigen-schap' invullen met sterktes die anderen herkennen in jou.

Zou deze oefening hetzelfde resultaat opleveren als jouw leerlingen je 'eigen-schap' vullen?

Naam _____

aangenaam	geïnteresseerd	moedig
behulpzaam	gemoedelijk	muzikaal
betrouwbaar	gevoelig	ordelijk
bescheiden	grappig	praktisch
correct	hulpvaardig	respectvol
creatief	ijverig	samenwerkend
dankbaar	intelligent	slim
eerlijk	inspirerend	sociaal
enthousiast	kalm	spontaan
duidelijk	kunstig	sportief
eigenzinnig	kwetsbaar	sympathiek
doorzettend	leergierig	tevreden
flexibel	leidinggevend	trots
geduldig	levendig	trouw
rustig	liefdevol	zelfstandig

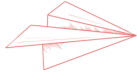


5. Gedrag(en)



Welke drie afbeeldingen passen bij jouw gedrag op school? Waarom kies je deze?

Kies nu een afbeelding voor de collega's die naast je zitten? Waarom kies je deze?

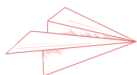


6. Waarde(re)n

Welke waarden vind je belangrijk in je job in het onderwijs?

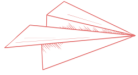
Duid deze aan en omcirkel de waarde die vandaag het meest belangrijk is.

<input type="checkbox"/> Aandacht	<input type="checkbox"/> Humor	<input type="checkbox"/> Toegankelijkheid
<input type="checkbox"/> Aanzien	<input type="checkbox"/> Innovatie	<input type="checkbox"/> Tolerantie
<input type="checkbox"/> Afwisseling	<input type="checkbox"/> Kennis overbrengen	<input type="checkbox"/> Traditie
<input type="checkbox"/> Authenticiteit	<input type="checkbox"/> Kwaliteit	<input type="checkbox"/> Tucht
<input type="checkbox"/> Autonomie	<input type="checkbox"/> Loyaliteit	<input type="checkbox"/> Uitdagingen
<input type="checkbox"/> Begrip	<input type="checkbox"/> Medezeggenschap	<input type="checkbox"/> Uniformiteit
<input type="checkbox"/> Beleefdheid	<input type="checkbox"/> Mensgerichtheid	<input type="checkbox"/> Vaste werkplek
<input type="checkbox"/> Betekenis	<input type="checkbox"/> Nauwkeurigheid	<input type="checkbox"/> Veelzijdigheid
<input type="checkbox"/> Betrokkenheid	<input type="checkbox"/> Ontplooiing	<input type="checkbox"/> Veerkracht
<input type="checkbox"/> Bevlogenheid	<input type="checkbox"/> Ontspanning	<input type="checkbox"/> Verantwoordelijkheid
<input type="checkbox"/> Beslissingen nemen	<input type="checkbox"/> Openheid	<input type="checkbox"/> Verbinding
<input type="checkbox"/> Contact met mensen	<input type="checkbox"/> Orde	<input type="checkbox"/> Vernieuwing
<input type="checkbox"/> Controle	<input type="checkbox"/> Plezier	<input type="checkbox"/> Vertrouwen
<input type="checkbox"/> Daadkracht	<input type="checkbox"/> Positiviteit	<input type="checkbox"/> Voorbereid zijn
<input type="checkbox"/> Dankbaarheid	<input type="checkbox"/> Prestatiegerichtheid	<input type="checkbox"/> Vriendschap
<input type="checkbox"/> Duidelijkheid	<input type="checkbox"/> Prettige werkomgeving	<input type="checkbox"/> Vrije tijd
<input type="checkbox"/> Eerlijkheid	<input type="checkbox"/> Professionaliteit	<input type="checkbox"/> Waardering
<input type="checkbox"/> Eigen tijd indelen	<input type="checkbox"/> Problemen oplossen	<input type="checkbox"/> Zekerheid
<input type="checkbox"/> Empathie	<input type="checkbox"/> Rechtvaardigheid	<input type="checkbox"/> Zelfstandigheid
<input type="checkbox"/> Enthousiasme	<input type="checkbox"/> Respect	<input type="checkbox"/> Zelfredzaamheid
<input type="checkbox"/> Erkenning	<input type="checkbox"/> Rust	<input type="checkbox"/> Zelfzorg
<input type="checkbox"/> Ernst	<input type="checkbox"/> Samenwerking	<input type="checkbox"/> Zinvol werk doen
<input type="checkbox"/> Evenwicht	<input type="checkbox"/> Solidariteit	<input type="checkbox"/> Zorg
<input type="checkbox"/> Geduld	<input type="checkbox"/> Sportiviteit	<input type="checkbox"/> ...
<input type="checkbox"/> Goed salaris	<input type="checkbox"/> Standvastigheid	
<input type="checkbox"/> Hulpvaardigheid	<input type="checkbox"/> Tevredenheid	



7. Extra of intro?

<p>communicatief</p> <p>aanwezig</p> <p>zelfverzekerd</p>  <p>ondernemend</p> <p>sociaal</p>	<p>afwachtend</p> <p>aarzelend</p> <p>voorzichtig</p>  <p>luisterend</p> <p>reflectief</p>
---	---



8. Jouw onderwijsheld

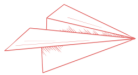
Noteer hier de naam van een inspirerende leerkracht. Het is iemand van wie je zelf les kreeg, met wie je samenwerkte of een onderwijsprofessional die je kent vanuit je netwerk of vanuit de media.

Wat apprecieer je aan zijn of haar aanpak?

Wat raakt je als je hem of haar bezig ziet?

Wat vind je boeiend aan zijn of haar aanpak?

Welke eigenschap van deze held herken je dan ook bij jezelf?



9. Jouw ontwikkeling doorheen je loopbaan



LENTE

ZOMER

HERFST

WINTER

LENTE

In welke lentekenmerken herken je jezelf (nu of vroeger)?

- Ik zet me elke dag tenvolle in.
- Ik leer graag en snel bij.
- Ik hou van afwisseling.
- Ik wil vooral 'proeven' en ervaring opdoen.
- Ik ben gedreven.
- Ik wil bewijzen wat ik waard ben.
- Ik werk vlot met computer/sociale media.
- Als zijnstromer wil ik mijn skills uit het werkveld inzetten.
- Ik wil helpen en ondersteunen.
- Ik breng graag nieuwe ideeën in.

ZOMER

In welke zomerkenmerken herken jij jezelf (vroeger of nu)?

- Ik heb het druk, druk, druk...
- 'Mijn' leerlingen, 'mijn' collega's, 'mijn' school... ze liggen me heel na aan het hart.
- Wat ik doe, is wie ik ben.
- Mijn leerlingen hebben me nodig.

- Ik ben gedreven en leg de lat hoog, voor mezelf en de anderen.
- Ik wil me specialiseren.
- Ik wil meer verantwoordelijkheden opnemen binnen de brede schoolwerking.
- Ik ben breed inzetbaar.
- Ik kan zeer goed plannen en organiseren.
- Ik wil concrete resultaten zien.
- Ik spring op nieuwe projecten.
- Ik blijf zoeken naar ideeën om lessen nog aantrekkelijker te maken.
- Nieuwe leerplannen geven me opnieuw inspiratie om lessen anders aan te pakken.
- Een beroepsstage lijkt me zeer nuttig.
- Ik sluit me aan bij lerende netwerken; ik vind het zo boeiend om samen te leren van en delen met elkaar.
- Ik verzamel en lees met plezier vakliteratuur.
- Ik ontwikkel regelmatig nieuwe methodieken/tools of probeer ze uit.
- Ik wil me verdiepen in mijn vak en volg bijscholingen.
- Ik wil andere dingen leren en volg een bijkomende opleiding.
- Ik engageer me als verantwoordelijke voor een vak- of werkgroep.

HERFST

Welke herfstkenmerken herken je bij jezelf (vroeger of nu)?

- Ik heb reeds heel wat kennis en ervaring verzameld.
- Ik ben een vaste waarde in de school.
- Ik heb meerdere verantwoordelijkheden op school.
- Ik fungeer als steunpunt met kennis van zaken binnen de school.
- Ik hoef mezelf niet meer te bewijzen, ik wil vooral een nuttige bijdrage leveren.
- Ik blijf ijveren voor kwaliteitsvol onderwijs.
- Ik wil minder ervaren collega's ondersteunen of begeleiden.
- Ik wil vooral zinvol bezig zijn.

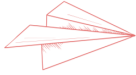
WINTER

Welke winterkenmerken herken je bij jezelf?

- Levenservaring en -wijsheid
- Veel expertise
- Relativeringsvermogen
- Geduld
- Genieten van kleine successen, ontmoetingen, ...
- Overschouwen: Waar komen we van? Waar gaan we naartoe?
- Af en toe op de rem staan en het doel bewaken
- Betekenisvolle vragen stellen om gerichte keuzes te maken
- Wat ik doe, wil ik goed doen. Kwaliteit staat voorop.
- Risico's inschatten

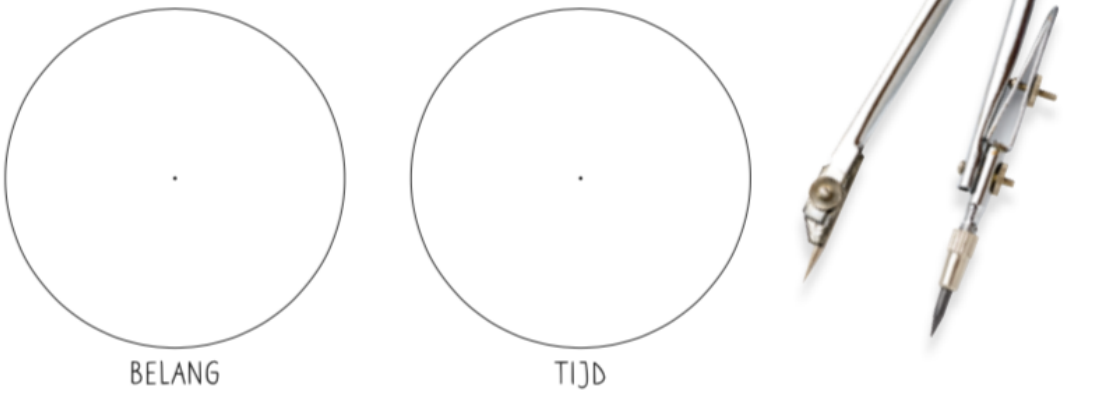
In welk (tussen-) seizoen sta je vandaag (vooral)?

Wat neem je mee uit deze opdracht?



10. Rollen combineren (Pauze 6 p 135 uit Je impact als leerkracht vergroten)

Als leerkracht combineer je heel wat rollen. Tijdens je lesweek en in het weekend vragen verschillende levensdomeinen je aandacht. Het evenwicht zoeken in elk domein en de balans ertussen bewaren, is vaak een moeizame oefening. Je hebt waarschijnlijk een beeld van hoe je het graag ziet, maar de realiteit kan helemaal anders zijn. Het belang dat je hecht aan een domein en de tijd die je eraan kunt besteden, is dan ook niet altijd evenredig.



BELANG **TIJD**

Vrije tijd (voor mezelf)	Familie
Gezondheid/energiepeil	School/opleiding/bijberoep
Sociaal leven	Persoonlijke groei
Partner	Inkomen
Kinderen	

Verdeel de cirkel aan de linkerkant in delen die de levensdomeinen voorstellen. Zo maak je een schijfdiagram. Elk stuk representeert het belang dat je hecht aan dat levensdomein. Hoe belangrijker het voor je is, hoe groter je het stuk tekent. Vervolgens kleur je dat cirkeldeel in. Gebruik hiervoor de legende.

Verdeel daarna de cirkel aan de rechterkant ook in stukken. Deze cirkeldelen weerspiegelen hoeveel tijd je ook echt aan dit levensdomein besteedt. Hoe meer tijd je eraan besteedt, hoe groter het taartstuk.

Vergelijk nu de twee cirkels. Wat valt je op?
