

Verdiepende vragen

KLIK!

Gratis downloads

Onderstaande verdiepende vragen kunnen individueel en in groepen worden gebruikt om dieper in te gaan op de uitkomsten van het spel. Deze vragen zorgen voor (zelf) reflectie op de gekozen kaartjes.

Reflectie op kwaliteiten:

- Wat zijn vaardigheden of talenten waar ik regelmatig complimenten over krijg?
- Welke taken of activiteiten doe ik met gemak en plezier?
- Welke successen uit het verleden waren mogelijk door mijn kwaliteiten?
- Welke kwaliteiten vinden anderen typisch voor mij?
- Hoe zet ik mijn kwaliteiten momenteel in, zowel persoonlijk als professioneel/op school?
- Welke van mijn sterke kanten dragen het meest bij aan mijn succes in mijn studie of werk?
- Zijn er situaties waarin ik mijn sterke punten onvoldoende benut? Waarom?
- Welke kwaliteiten wil ik meer inzetten in de toekomst?

Reflectie op behoeften:

- Wat heb ik nodig om gelukkig te zijn in mijn werk of studie?
- Welke activiteiten of momenten geven mij energie?
- Welke behoeften zijn op dit moment het belangrijkste voor mij?
- Wat gebeurt er met mij (emotioneel, fysiek, mentaal) als mijn behoeften niet worden erkend of vervuld?
- Hoe voel ik me als mijn behoeften wel volledig worden vervuld?
- Welke middelen, tools of ondersteuning heb ik nodig om mijn taken goed uit te voeren?
- Welke werkomgeving of studieomgeving past het beste bij mij?
- Hoe zou mijn ideale werk- of studiedag eruit zien?

Reflectie op bezigheden:

- Welke taken/activiteiten voer ik altijd met enthousiasme en zonder moeite uit?
- Waarom vind ik deze bezigheden leuk? Is het de inhoud, het proces, de mensen of het resultaat?
- Wat maakt deze bezigheden zinvol of waardevol voor mij?
- Hoe voelen deze activiteiten anders aan dan taken die ik minder leuk vindt?
- Welke bezigheden laten mij de tijd vergeten, omdat ik er zo in opga?
- Welke bezigheden doe ik uit mezelf zonder dat iemand erom vraagt?
- Welke bezigheden vind ik juist minder leuk en waarom? Hoe verschillen ze van wat ik graag doe?
- Wat vertellen de bezigheden die ik leuk vind over wie ik ben en wat mij motiveert?



Reflectie op richtingen:

- Welke richtingen spreken mij het meest aan en waarom?
- Welke sectoren of richtingen vond ik vroeger interessant, en hoe kijk ik daar nu naar?
- Heb ik eerder ervaring opgedaan in de richtingen die ik leuk vind? Wat vond ik daar leuk aan?
- Welke richtingen zou ik willen verkennen waar ik nog geen ervaring mee heb?
- Hoeveel weet ik over de richtingen die mij aanspreken? Zijn er dingen die ik verder wil onderzoeken?
- Welke richtingen heb ik overwogen maar nooit serieus onderzocht? Waarom?
- Welke richtingen sluiten het beste aan bij mijn kwaliteiten en behoeften?
- In welke richtingen vind ik mijn voorkeuren in bezigheden het beste terug?



Reflectie op het stappenplan:

- Welke nieuwe kansen wil ik verkennen?
- Wat houdt me tegen om een bepaalde stap te zetten? Hoe kan ik die belemmeringen wegnemen?
- Welke actie ga ik vandaag ondernemen om dichterbij mijn doel te komen?
- Welke acties ga ik daarna ondernemen?
- Hoe ziet mijn planning op korte en lange termijn eruit om mijn doel te bereiken?
- Wie of wat kan mij daarbij helpen?
- Wat voel ik als ik achter mijn keuzes sta?
- Wat zou ik doen als ik geen angst had voor mislukking?

