



PERSOONLIJK PROFILEREN

Niveau 2

Boom

COLOFON

Boom Mbo
klantenservice@boom.nl
www.boom.nl

Auteurs: Cornelia de Ruiter en Evelien Rave
Redactieleden: Heleen v.d. Mast, Erika Spoelma, Nanneke Bakkum, Inez Lippens, Barry Thiele
Eindredactie: Angela Weghorst

Titel: Persoonlijk profileren niveau 2
ISBN: 978 90 372 7037 2
2e druk / 1e oplage

Bron: Audiobestanden en Personal Brandkey zijn auteursrechtelijk eigendom van Angela Weghorst.

Chatgpt. <https://chatgpt.com/>

© 2026 Boom | All rights reserved. No text & data-mining.

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van reprografische verveelvoudigingen uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16h Auteurswet dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (www.reprorecht.nl). Voor het overnemen van een (of meerdere) gedeelte(n) uit deze uitgave in bijvoorbeeld een (digitale) leeromgeving of een reader in het onderwijs (op grond van artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot Stichting Uitgeversorganisatie voor Onderwijslicenties (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.stichting-uvo.nl).

De uitgever heeft ernaar gestreefd de auteursrechten te regelen volgens de wettelijke bepalingen. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, kunnen zich alsnog tot de uitgever wenden.

Door het gebruik van deze uitgave verklaart u kennis te hebben genomen van en akkoord te gaan met de specifieke productvoorwaarden en algemene voorwaarden van Boom Mbo, te vinden op www.boom.nl.

INHOUD

Werken met dit keuzedeel	4
1 Wie ben ik?	7
Persoonlijke sleutel - Wie ben ik?	8
Mediteren	11
Wie ben ik?	13
TwinQ persoonlijkheidstypes©	16
Normen en waarden	20
Big five persoonlijkheidstheorie	25
Passies en drijfveren	27
Geluk	30
Kernkwaliteiten	35
Kernkwadrantenmodel	40
De kracht van kwetsbaarheid	48
Maskers	53
Begrippen	56
2 Ik en de buitenwereld	61
Persoonlijke sleutel - Ik en de buitenwereld	62
Brainstormen	64
Iets goeds doen	68
Geen talent	71
Netwerk	74
Interviewen	80
Begrippen	87
3 Ik en de samenleving	89
Persoonlijke sleutel - Ik en de samenleving	90
Een sociaal-maatschappelijk project	93
Elevatorpitch	95
Projectplan	98
Video maken	101
Begrippen	105
4 Uitdaging	107
Index	111

WERKEN MET DIT KEUZEDEEL



Digitale leeromgeving

Bij sommige opdrachten heb je hulpmiddelen nodig. Bijvoorbeeld filmpjes, formulieren of een link naar een website. Deze staan allemaal in de digitale leeromgeving. Het icoontje in de vorm van een wereldbol verwijst naar de digitale leeromgeving. Om hier te komen ga je naar [Boomdigitaal.nl](https://boomdigitaal.nl).

Eerste keer inloggen in de digitale omgeving

Voordat je de digitale leeromgeving kunt gebruiken moet je je licentie activeren.

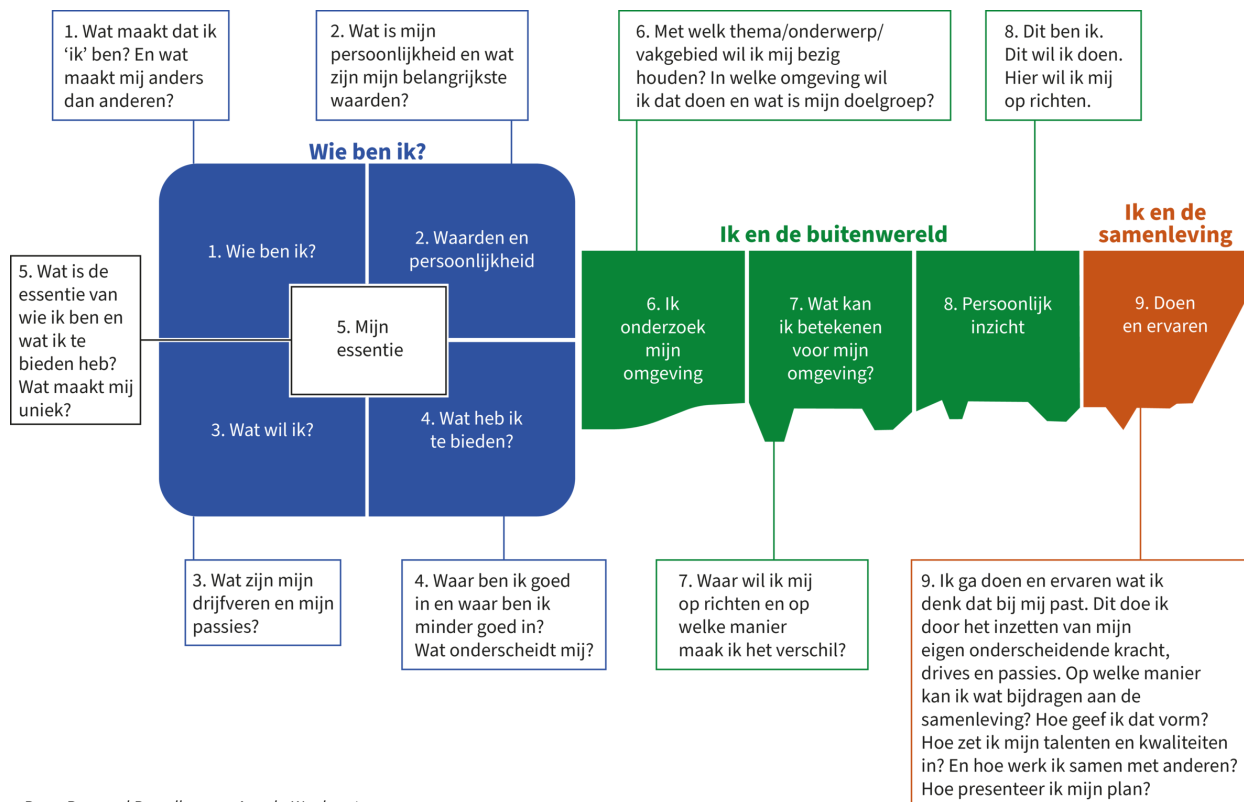
- Overleg met je docent welk type account je gebruikt.
- Ga naar www.boom.nl/licentie.
- Bekijk de instructiefilm of lees het stappenplan.
- Volg de stappen.

Daarna kun je aan de slag!

Persoonlijk profileren

Dit keuzedeel gaat over persoonlijk profileren. Persoonlijk profileren helpt je te ontdekken wie je bent, wat jou zo bijzonder en uniek maakt. Het zorgt er uiteindelijk voor dat je trots bent op jezelf. Precies goed zoals je bent. En je leert wat je allemaal kunt en dat is meer dan je nu waarschijnlijk denkt. Echt alles is mogelijk, als je er zelf maar in gelooft!

In dit keuzedeel staat 'je persoonlijke sleutel' centraal. De sleutel bestaat uit negen onderdelen:



Bron: Personal BrandKey van Angela Weghorst

Persoonlijke sleutel. Bron: ©Angela Weghorst | Personal BrandKey.



Bekijk het filmpje. Dit is persoonlijk profileren: wees jezelf en wees niet bang het te tonen. Net als Tijn.



Let op!



Je wordt niet beoordeeld met een voldoende of onvoldoende. Dit keuzedeel gaat over jou en is jouw zoektocht naar wie je bent. Het gaat om je inzet en vooral om jouw leerproces. De opdrachten die je maakt bespreek je met je docent. Daarnaast krijg je feedback op hoe je samenwerkt, reageert op je medestudenten en bijdraagt aan een veilige en open sfeer.

Overleg met je docent welke opdrachten je gaat maken.

Leerdoelen

Je kunt antwoord geven op de vragen uit de persoonlijke sleutel:

1. Wie ben ik?
2. Wat is mijn persoonlijkheid en welke waarden vind ik belangrijk?
3. Wat wil ik?
4. Wat heb ik te bieden?
5. Wat is mijn kern?
6. Op welk onderwerp wil ik mij richten en hoe kan ik een bijdrage leveren aan mijn omgeving?
7. Wat is mijn doel?
8. Wat is mijn persoonlijke inzicht?
9. Op welke manier zet ik mijn talenten, kwaliteiten en drive in om iets bij te dragen aan mijn omgeving?

Dit keuzedeel bestaat uit:

- *Theorie en opdrachten*

Hierbij leer je over en oefen je met de praktijk. In dit keuzedeel word je niet beoordeeld op hoe goed je iets kunt. Het gaat erom dat jij kunt laten zien wat je geleerd hebt over jezelf. Het gaat om bewustwording van wie je bent, wat je allemaal kunt en wat je graag wilt. Dit doe je onder andere door bij opdrachten te reflecteren over wat je hebt gedaan en wat de opdracht jou heeft geleerd over jezelf. Er wordt van je verwacht dat je actief meedoet in het keuzedeel. Er zijn veel opdrachten in dit keuzedeel. Samen met je docent bepaal je welke opdrachten het beste passen bij jou en de groep.

- *Test je kennis*

Hiermee kun je zelf je kennis van de theorie testen.

- *Uitdaging*

Dit is het eindproduct en de afronding van het keuzedeel. Hier werk je gedurende het hele keuzedeel naartoe. En hier word je op beoordeeld.

Voor de uitdaging van dit keuzedeel maak je je eigen persoonlijke sleutel. Daarmee laat je zien wat je over jezelf geleerd hebt. Dit presenteert je in de vorm van een elevatorpitch.

- *Theorietoets*

Je docent besluit of je ter afsluiting een theorietoets maakt.



Hoofdstuk 1

Wie ben ik?

Dit hoofdstuk gaat over het eerste deel van de persoonlijke sleutel: 'Wie ben ik?'

Wie ben ik? Wat maakt mij anders dan anderen en daarmee uniek? Het is best moeilijk om hier een antwoord op te geven. Maar het is belangrijk om te weten. Als je deze vraag voor jezelf beantwoordt, kun je laten zien wat je leuk vindt, wat voor jou belangrijk is en waar je goed in bent: je passies en talenten. De opdrachten helpen je om een beter beeld van jezelf te krijgen.

Aan het eind van dit hoofdstuk

kun jij antwoord geven op de volgende vragen uit de persoonlijke sleutel:

1. Wie ben ik? En waarom ben ik zoals ik ben?
2. Wat is mijn persoonlijkheid en welke waarden vind ik belangrijk?
3. Wat wil ik? Wat zijn mijn passies, talenten, dromen en verlangens?
4. Wat heb ik te bieden? Waar ligt mijn kracht en hoe kan ik deze optimaal benutten?
5. Wat is mijn kern? En wat maakt mij uniek ten opzichte van anderen?

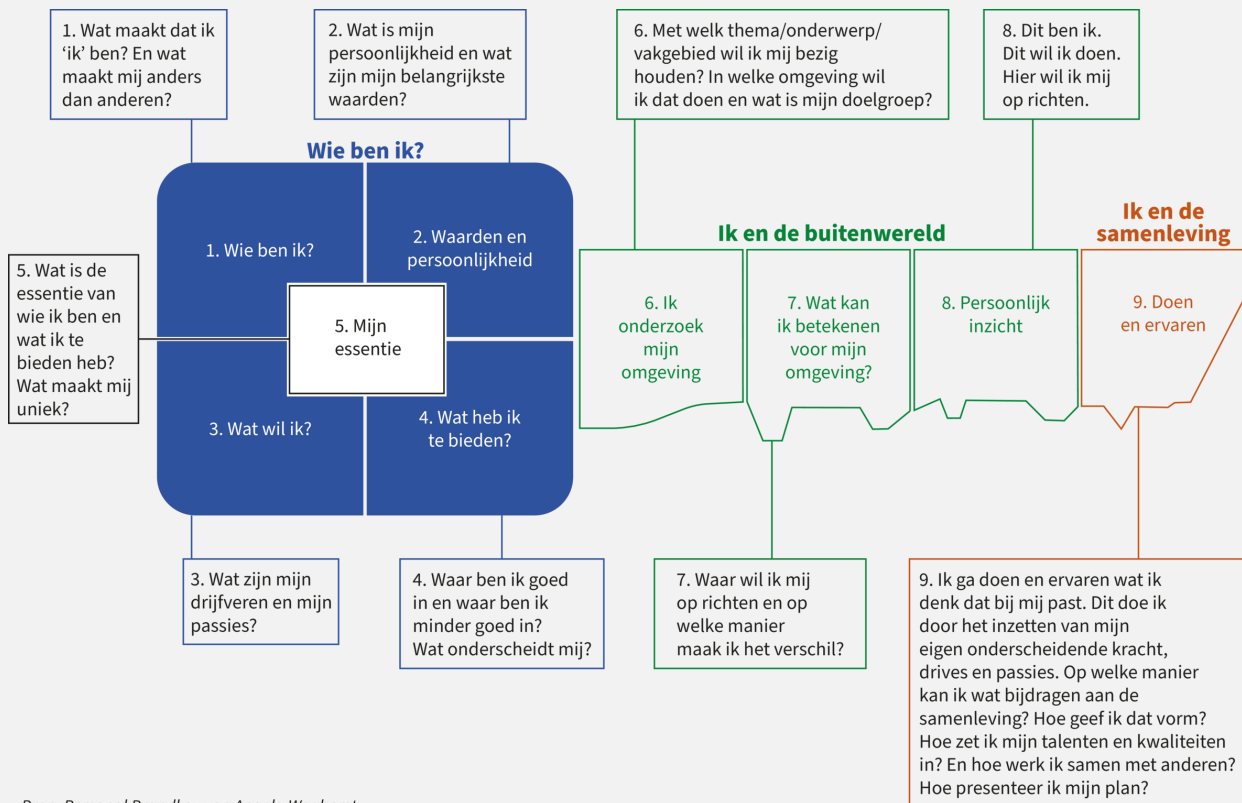
Persoonlijke sleutel - Wie ben ik?

In de blauw gearceerde vlakken staat het eerste deel van de persoonlijke sleutel: 'Wie ben ik?'. Hier ga je onderzoeken wie jij bent als persoon. Je kijkt naar:

- je persoonlijkheid (1)
- je waarden (wat jij belangrijk vindt) (2)
- je drijfveren en passies (wat jou motiveert) (3)
- je talenten (waar jij goed in bent) (4).

Door deze onderdelen stap voor stap te beantwoorden met behulp van alle opdrachten, krijg je een duidelijker beeld van jezelf. Dit helpt je om te begrijpen wat jou uniek maakt en waar jouw kracht ligt. Deze inzichten vormen de basis voor de rest van de sleutel, omdat alles wat je later kiest of doet begint bij wie jij bent.

Aan het einde van dit hoofdstuk vul je deze onderdelen van je persoonlijke sleutel in.



Bron: Personal Brandkey van Angela Weghorst

Persoonlijke sleutel.

Opdracht 1 Persoonlijk profileren

Persoonlijk profileren, wat betekent het voor jou? Waar denk jij aan bij persoonlijk profileren?

a. Waar denk jij aan bij persoonlijk profileren?

- b. Wat betekent bewustwording? En wat heeft het te maken met persoonlijk profileren?

- c. Wat denk je dat je gaat leren in dit keuzedeel?

- d. Wat zou moeilijk of minder leuk kunnen zijn in dit keuzedeel?

- e. Wat is ervoor nodig om dit keuzedeel met plezier en zelfvertrouwen te kunnen volgen? En wat om te leren hoe je jezelf persoonlijk kunt profileren?

Opdracht 2 Mensen die zich profileren

Er zijn veel mensen op de wereld die zich bewust, maar soms ook heel onbewust profileren. Ze zijn ergens heel goed in, hebben een goed plan bedacht of doen iets goeds voor mensen in hun omgeving. Waarschijnlijk ken je wel wat eigen voorbeelden van bekende mensen of mensen om je heen.

- a. Bekijk de voorbeelden. Dit zijn zomaar drie voorbeelden van mensen die zich op een of andere manier profileren. Ze voegen iets toe aan de samenleving en laten daarin een stukje talent zien, maar ook passie en toewijding.

- b. Welk artikel spreekt je het meest aan? Waarom?

- c. En jij? Wie bewonder jij? Noem twee voorbeelden van bekende mensen of mensen uit je directe leefomgeving die jij bewondert. Hoe zetten zij hun talenten in voor de omgeving? Welke eigenschappen hebben ze die jij bewondert?

- d. Zoek een artikel, een (korte) video of een online profiel van iemand die zich profileert. Leg uit waarom jij dit voorbeeld hebt gekozen.

Upload de link of het bestand.

Opdracht 3 Stel jezelf voor

De eerste indruk is heel belangrijk. Je maakt hem maar een keer.

Mensen hebben (onbewust) meteen een beeld van iemand als ze deze persoon voor de eerste keer ontmoeten. Hierbij ga je vooral af op wat je gevoel zegt. De eerste indruk maak je als je je voorstelt.

Tijd om jezelf voor te stellen aan je medestudenten. Overleg daarvoor eerst met je docent welke van de twee manieren hieronder jullie gaan gebruiken.

- a. Maak gebruik van de woordenlijst met gedragseigenschappen. Bekijk deze lijst en kies vijf begrippen die het beste bij jou passen.

1.

2.

3.

4.

5.

- b. Leg kort uit waarom je voor deze begrippen hebt gekozen.

Opdracht 4 Jouw toolbox

In dit keuzedeel maak je veel opdrachten waarbij je informatie over jezelf verzamelt. Deze kun je digitaal bewaren. Maar het is mooier om dit ook te verwerken in een eigen toolbox. Een verzamelplek voor alle waardevolle informatie die je over jezelf krijgt. Jouw tools die je laten zien wie je bent, wat je kwaliteiten zijn en hoe je die in kunt zetten om je doel te bereiken.

Jij bepaalt wat er in komt: een waardevolle oefening, de complimenten die je krijgt, een overzicht van al je kwaliteiten enzovoort. Een waardevolle box voor en over jezelf aan het einde van dit keuzedeel, maar ook voor de toekomst.

- a. Maak een persoonlijke toolbox. Dit kan een kist zijn, een map, een doos, een Padlet, vlogs of een andere manier. Het moet duidelijk zijn dat deze van jou is. Maak het persoonlijk. Gebruik kleuren, materiaal of teksten die bij jou passen.
- b. Tijdens het keuzedeel stop je in deze toolbox wat jij belangrijk vindt. Of wat jou inzicht heeft gegeven. Wat jij waardevol vindt telt! Je kunt dit later gebruiken om je persoonlijke sleutel te maken.