

# CHOICEPOINTS

HET PAD NAAR PERSOONLIJK SUCCES,  
GELUK EN VOLDOENING



Robert van der Wolk

# Werkboek

## Sessie 8 – Inventaris Maken Van Je Potentieel

### Je Persoonlijke Power

We hebben te maken met twee soorten krachten: de externe en de interne. Hoewel je de externe krachten niet onder je controle kunt houden, heb je wel de mogelijkheid om zelf te bepalen hoe je wilt reageren en handelen op wat er buiten je gebeurt. In dit werkboek onderzoeken we waar je eigen persoonlijke vaardigheden en kansen liggen in de mogelijkheden die jouw kant op komen.

De invloed van vaardigheden en talent op je kansen

Welke talenten en vaardigheden heb je tot nu toe ontwikkeld om grote kansen te verwelkomen? Noteer ze hieronder.

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....
9. ....
10. ....
11. ....
12. ....
13. ....
14. ....
15. ....



**Zet vervolgens bij elk van deze vaardigheden en/of talenten wat je status is aan de hand van de volgende niveaus"**

- Beginnend
- Gemiddeld
- Gevorderd
- Expert

1. ....	niveau: .....
2. ....	niveau: .....
3. ....	niveau: .....
4. ....	niveau: .....
5. ....	niveau: .....
6. ....	niveau: .....
7. ....	niveau: .....
8. ....	niveau: .....
9. ....	niveau: .....
10. ....	niveau: .....
11. ....	niveau: .....
12. ....	niveau: .....
13. ....	niveau: .....
14. ....	niveau: .....
15. ....	niveau: .....

**Kijk nu eens naar deze list. Op welke manier kun jij je leven op diverse gebieden verbeteren? Neem als eerste je vaardigheden die op het niveau van Beginnend staan. Welke wil je naar Gemiddeld hebben?**

**Ontwikkel hieronder een plan om ze naar een hoger niveau te krijgen.**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



**Doe nu hetzelfde met je vaardigheden die op Gemiddeld staan, en die je naar Gevorderd wilt hebben. Wat is jouw plan om dit te realiseren?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Kijk nu naar de vaardigheden die al Gevorderd zijn, en die je naar Expert wil krijgen. Wat is jouw plan om dit te bewerkstelligen?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



# Theorie van Meerdere Intelligenties

Kijk eens naar de diverse soorten intelligenties.. Welke van onderstaande intelligenties heb je nog meer naast je intellectuele intelligentie?

- 1. Linguïstisch
- 2. Logisch/Mathematisch
- 3. Muzikaal
- 4. Ruimtelijk
- 5. Lichaam/Kinesthetisch
- 6. Interpersoonlijk
- 7. Intrapersoonlijk

In welk van deze gebieden bezit jij vaardigheden die je zou kunnen ontwikkelen? Hou zou je hierin jezelf verder kunnen en willen ontwikkelen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



**Gebruik de 4 fases van talentontwikkeling om deze vaardigheden te categoriseren. De 4 fases zijn:**

- 1. Nieuwsgierigheid
- 2. Interesse
- 3. Fascinatie
- 4. Commitment

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Talent: Vaardigheid + Actie**

**Welke acties kun je nemen in de richting van het versterken van je vaardigheden, het verbeteren van je intelligenties en/of het uitvoeren van je missie?**

.....

.....

.....

.....

.....



Lined writing area consisting of multiple groups of horizontal dotted lines.







**Hoewel je meerdere doelen op meerdere vlakken in j leven hebt, nodig ik je uit om te kijken naar de gemeenschappelijke factor. Dit helpt je in het beter leren kennen van jezelf ten aanzien van je vaardigheden, je talenten en je ervaringen in het nemen van actie. Beantwoord onderstaande vraag.**

**Welke vaardigheden helpen je om deze hoogste doelen te bereiken?**

- |                                |                                |
|--------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ..... | <input type="checkbox"/> ..... |
| <input type="checkbox"/> ..... | <input type="checkbox"/> ..... |
| <input type="checkbox"/> ..... | <input type="checkbox"/> ..... |
| <input type="checkbox"/> ..... | <input type="checkbox"/> ..... |
| <input type="checkbox"/> ..... | <input type="checkbox"/> ..... |
| <input type="checkbox"/> ..... | <input type="checkbox"/> ..... |
| <input type="checkbox"/> ..... | <input type="checkbox"/> ..... |
| <input type="checkbox"/> ..... | <input type="checkbox"/> ..... |
| <input type="checkbox"/> ..... | <input type="checkbox"/> ..... |
| <input type="checkbox"/> ..... | <input type="checkbox"/> ..... |

**Welke vaardigheden helpen je, meer nog dan alle anderen, om deze doelen te bereiken?**

- |                                |                                |
|--------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ..... | <input type="checkbox"/> ..... |
| <input type="checkbox"/> ..... | <input type="checkbox"/> ..... |
| <input type="checkbox"/> ..... | <input type="checkbox"/> ..... |
| <input type="checkbox"/> ..... | <input type="checkbox"/> ..... |



**Welke van deze vaardigheden heb je al?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Kijk nog eens naar de lijst van vaardigheden die je een vinkje hebt gegeven. Omcirkel die vaardigheden die nog wat meer ontwikkeling nodig hebben.**

**Dit zijn de vaardigheden die je het meeste opleveren. Wanneer je deze vaardigheden een boost kunt geven, helpen ze je naar het hoogst haalbare niveau te liften van persoonlijk succes.**

**Kijk nog eens naar de lijst van de vorige pagina. Zet een vierkant om de vaardigheden waar je niet sterk (genoeg) in bent, maar waarvan je wel weet dat je ze nodig hebt. Dit zijn de vaardigheden die je niet mag ontwijken. Ze hieronder nogmaals neer**

.....

.....

.....

.....

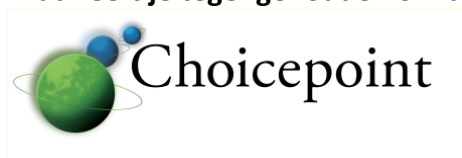
.....

.....

**Hoe blijf je het beste gemotiveerd om deze vaardigheden te versterken?**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**Wat heeft je tegengehouden om deze vaardigheden te verkrijgen?**



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Wat heeft je ervan weerhouden om nieuwe vaardigheden op te doen of om je bestaande te verbeteren?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Maak nu een lijst van 3 dingen die je in de komende paar weken gaat doen om deze lijst te tackelen. Hoe ga jij deze vaardigheden bemachtigen wat je in het verleden tot dusver heeft tegengehouden? Hoe overkom je deze aversie?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Hoe neem jij je huidige vaardigheden naar het volgende niveau in de komende week?**



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Hoe neem je de tijd om dit te doen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

