

BEWUSTE BEWEGER



© Luk Dewulf & LannooCampus



BEWUSTE BEWEGER

WIE?

- Je concentreert je beter en voelt je ontspannen als je beweegt.
- Je hebt veel energie, maar je wordt rustig als je die energie ergens kwijt kunt.
- Je wordt graag geknuffeld en je geeft anderen graag knuffels.

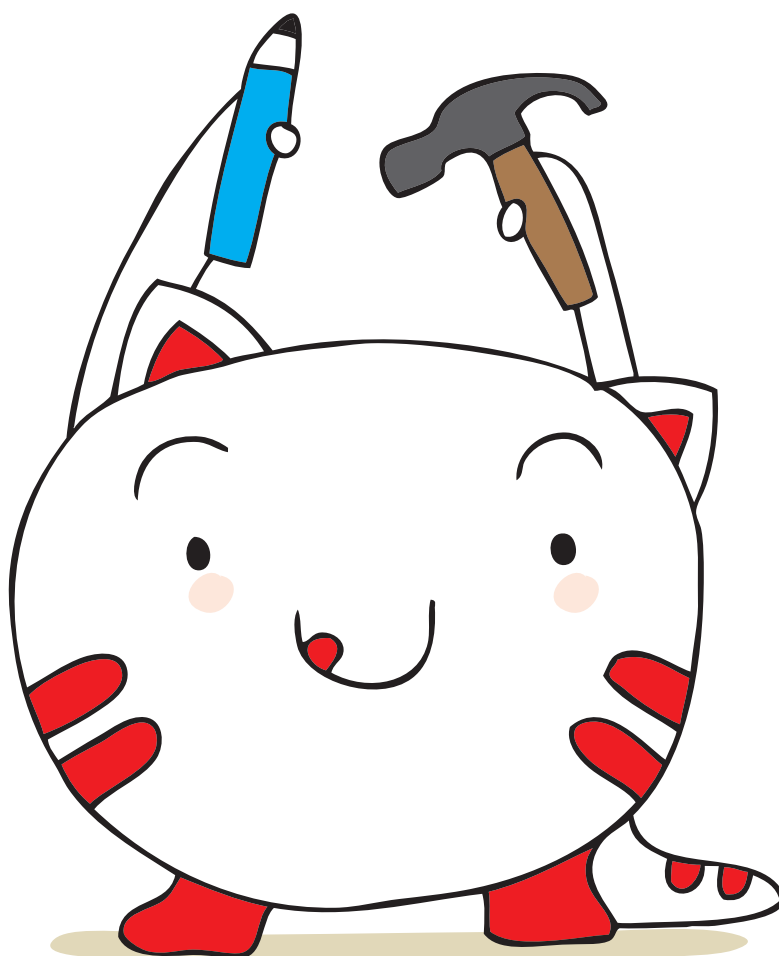
WAAR?

- Kies een hobby waarin je veel en doelgericht kunt bewegen: dansen, voetballen, oefenen in de circusschool of turnclub...
- Ga de natuur in.
- Je hebt een omgeving nodig waarin het aanvaard wordt dat je anderen aanraakt en zelf wordt aangeraakt.

TIP!

- Zorg ervoor dat je genoeg beweging krijgt. Van te lang alleen maar met je hoofd bezig zijn word jij ongelukkig.
- Bewaak je eigen grenzen en die van anderen, want niet iedereen vindt het fijn om aangeraakt te worden.

CREATIEVE MAKER



© Luk Dewulf & LannooCampus



CREATIEVE MAKER

WIE?

- Je houdt ervan om iets te maken met je handen, daar kun je heel lang mee bezig zijn.
- Je geniet nog net iets meer van het maken zelf, dan van het moment waarop het af is.
- Als je veel stress hebt, dan ontspant het jou om met je handen bezig te zijn.

WAAR?

- Neem deel aan knutselactiviteiten op school of zoek een hobby waarbij je iets met je handen kunt maken.
- Ga op zoek naar anderen die het ook fijn vinden om dingen te maken. Met hen werk je goed samen.

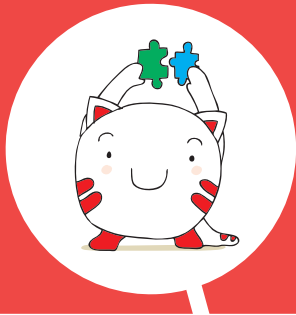
TIPS!

- Spreek met jezelf af hoelang je ergens aan wilt werken, anders blijf je eindeloos bezig.
- Niet iedereen is zo creatief als jij. Trek je stoute schoenen aan en maak iets voor een vriend of vriendin.

DOORDENKER



© Luk Dewulf & LannooCampus



DOORDENKER

WIE?

- Je kunt goed naar andere mensen luisteren. Wat zij jou vertellen, daar denk je over na.
- Nieuwe informatie moet je altijd even verwerken. Je legt de puzzelstukken samen in je hoofd en pas als de puzzel klaar is, kun je er iets over vertellen.
- Van nadenken over iets moeilijks of iets nieuws krijg jij energie.

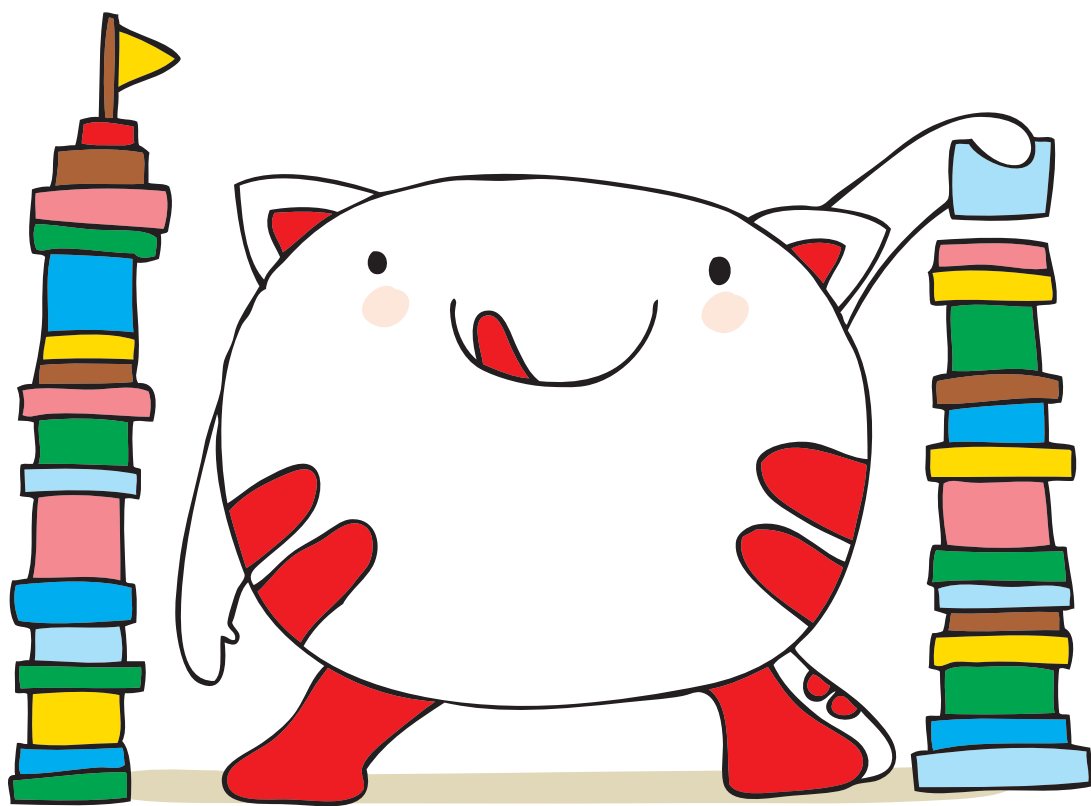
WAAR?

- Een omgeving waarin veel wordt nagedacht over moeilijke vragen past bij jou, vooral als anderen je uitnodigen om je mening te geven.
- Een omgeving waarin snel een beslissing moet worden genomen is niets voor jou.

TIPS!

- Je kunt zo diep in gedachten verzonken zijn dat het lijkt alsof je aan het dagdromen bent. Dat is natuurlijk niet zo, maar dat moet je wel aan anderen uitleggen.
- Je hebt wat tijd nodig voor je je mening klaar hebt. Probeer je altijd zo goed mogelijk voor te bereiden of vraag wat denktijd als je die nodig hebt.

DOORZETTER



© Luk Dewulf & LannooCampus



DOORZETTER

WIE?

- Jij houdt vol, ook als iets niet leuk is of saai.
- Je kunt heel lang en met heel je aandacht aan een grote opdracht werken.
- Je deelt een grote klus op in kleinere delen en werkt die systematisch af.

WAAR?

- Ideaal voor jou is een omgeving waarin doorzetten en iets afwerken gewaardeerd worden.
- Zoek een plek waar je rustig, zonder afleiding of onderbreking, kunt doorwerken.
- Je hebt ruimte nodig om je eigen gang te gaan zonder altijd alles te moeten uitleggen.

TIPS!

- Is het wel nodig wat je gaat doen? Als je daar even over nadenkt, kan het misschien makkelijker of hoeft je het zelfs niet te doen.
- Werk wat sneller en vergeet andere, meer belangrijke taken niet.
- Als je met je opdracht bezig bent, mag je de anderen niet uit het oog verliezen.

FOUTENSPEURNEUS



© Luk Dewulf & LannooCampus



FOUTENSPEURNEUS

WIE?

- Je vindt het fijn als echt álles klopt en netjes in orde is. Je ziet foutjes die anderen niet zien.
- Je ziet waar het beter kan en doet er meteen wat aan.
- Je vindt het niet fijn als iemand ziet dat jij een fout hebt gemaakt.

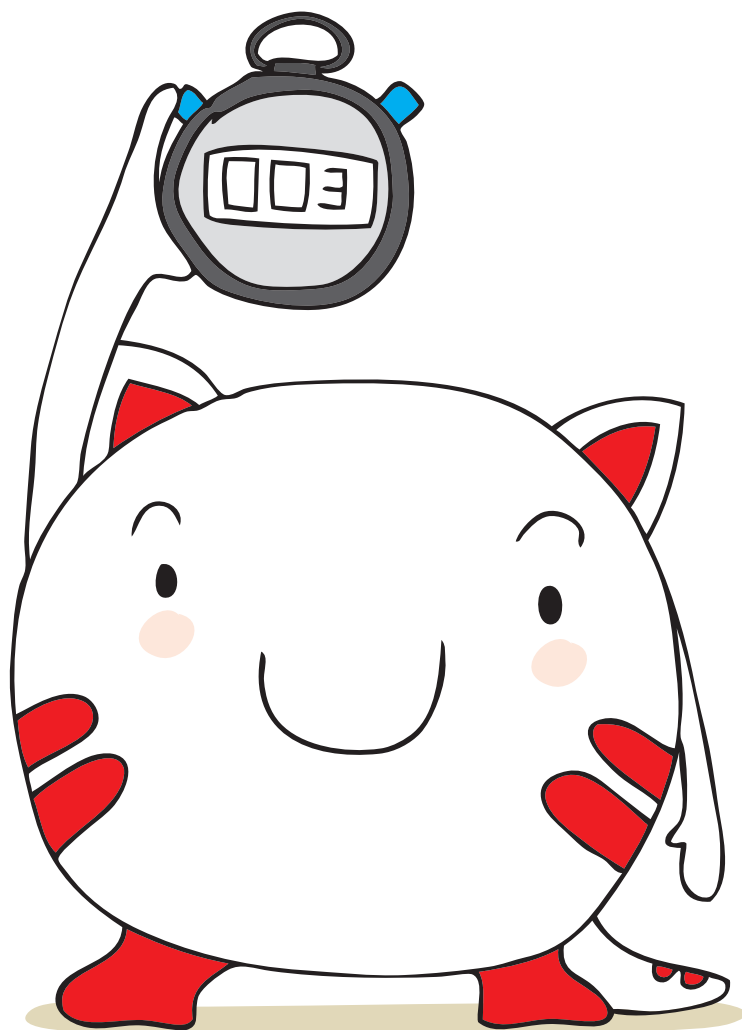
WAAR?

- Zoek een omgeving waarin het wordt gewaardeerd dat iets helemaal goed is gedaan.
- Zorg ervoor dat je de dingen waar je mee bezig bent zelf in de hand hebt, zodat je ze goed kunt uitvoeren.
- Werk samen met anderen die het ook fijn vinden om iets tot in de puntjes af te maken.

TIPS!

- Je ziet snel een oplossing, maar besef dat er ook andere oplossingen kunnen zijn. Vraag aan anderen om mee te denken.
- Verspil geen energie aan bewijzen dat jij de fout niet hebt gemaakt.
- Los het probleem op en vergeet het dan.
- Je hoeft niet alle problemen van anderen op te lossen. Als een probleem blijft hangen, schrijf het dan op. Daar word je weer rustig van.

GRENZENVERLEGGER



© Luk Dewulf & LannooCampus



GRENZENVERLEGGER

WIE?

- Je houdt van spannende uitdagingen. Dan wil je graag winnen, ook van jezelf.
- Door te oefenen en het jezelf telkens een beetje moeilijker te maken, word je steeds beter in wat je doet.
- Je vindt het leuk als cijfers tonen dat je iets beter deed dan een vorige keer.

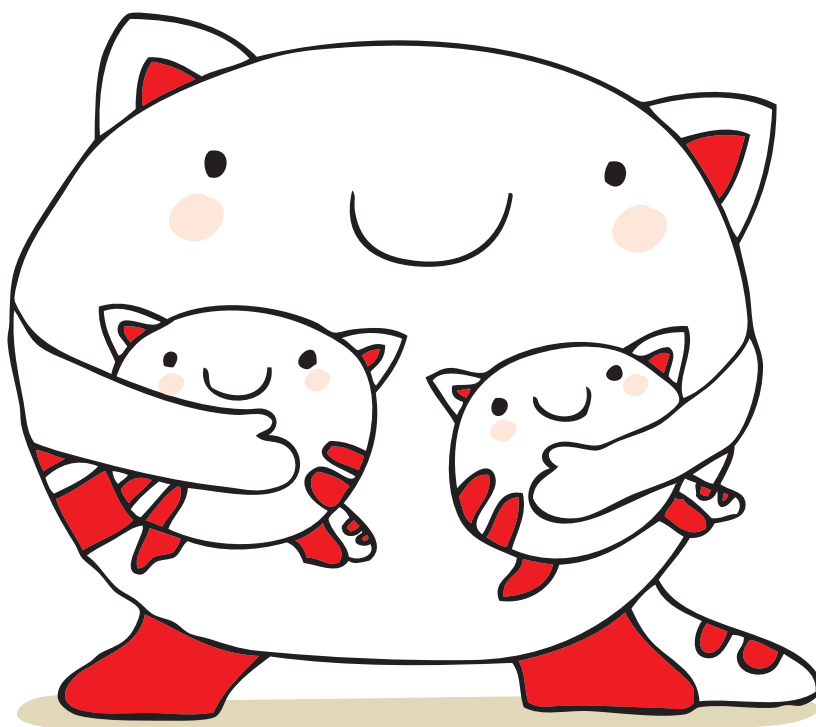
WAAR?

- Zoek een omgeving waarin anderen kunnen zien wat je hebt gepresteerd. Er moet genoeg informatie te zien zijn over de stappen die je hebt gezet: cijfers, scores, tijden...
- Je doet het goed in een omgeving waarin je door je eigen prestaties het verschil kunt maken.

TIPS!

- Het is niet altijd nodig om te winnen. Kies een uitdaging uit en richt je daarop.
- Let erop dat je de prestaties van anderen niet over het hoofd ziet. Ook anderen hebben vaak succes.

GROEPSDIER



© Luk Dewulf & LannooCampus



GROEPSDIER

WIE?

- Jij bent graag op plekken waar veel mensen zijn, je houdt van gezelligheid en doet graag mee.
- Je voelt je verantwoordelijk voor hoe het gaat in de groep. Je wilt dat iedereen echt meedoet.
- Iedereen mag weten dat jij bij deze groep hoort.

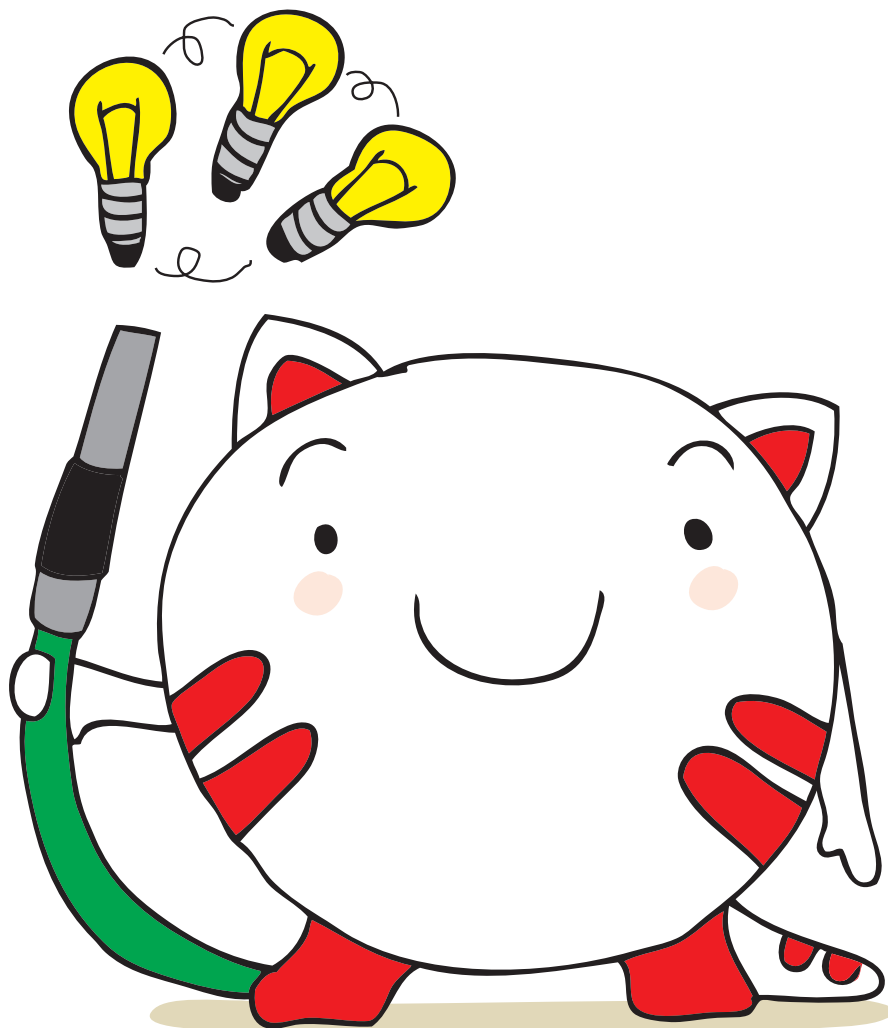
WAAR?

- Een groep die bij jou past en waarin je jezelf mag zijn, bijvoorbeeld een koor of een sportclub.
- Sluit je aan bij mensen die het net als jij fijn vinden om in een groep te zijn en die het ook belangrijk vinden dat iedereen zich inspant voor de groep.

TIPS!

- Je moet soms kiezen waar je aan meedoet, want je kunt niet alles doen.
- Respecteer het als iemand niet graag in een grote groep is, niet iedereen is zoals jij.
- Vraag je eerst af of het wel nodig is om veel mensen ergens bij te betrekken.

IDEEËNFONTEIN



© Luk Dewulf & LannooCampus



IDEEËNFontein

WIE?

- Je zit altijd vol ideeën en je houdt van dingen bedenken, samen met anderen of alleen.
- Je huppelt van het ene idee naar het andere en legt verbanden die anderen niet maken. Als je een goed idee hoort, verzin je er altijd nog iets bij.
- Je bedenkt het liefst zelf nieuwe manieren om iets aan te pakken of op te lossen.

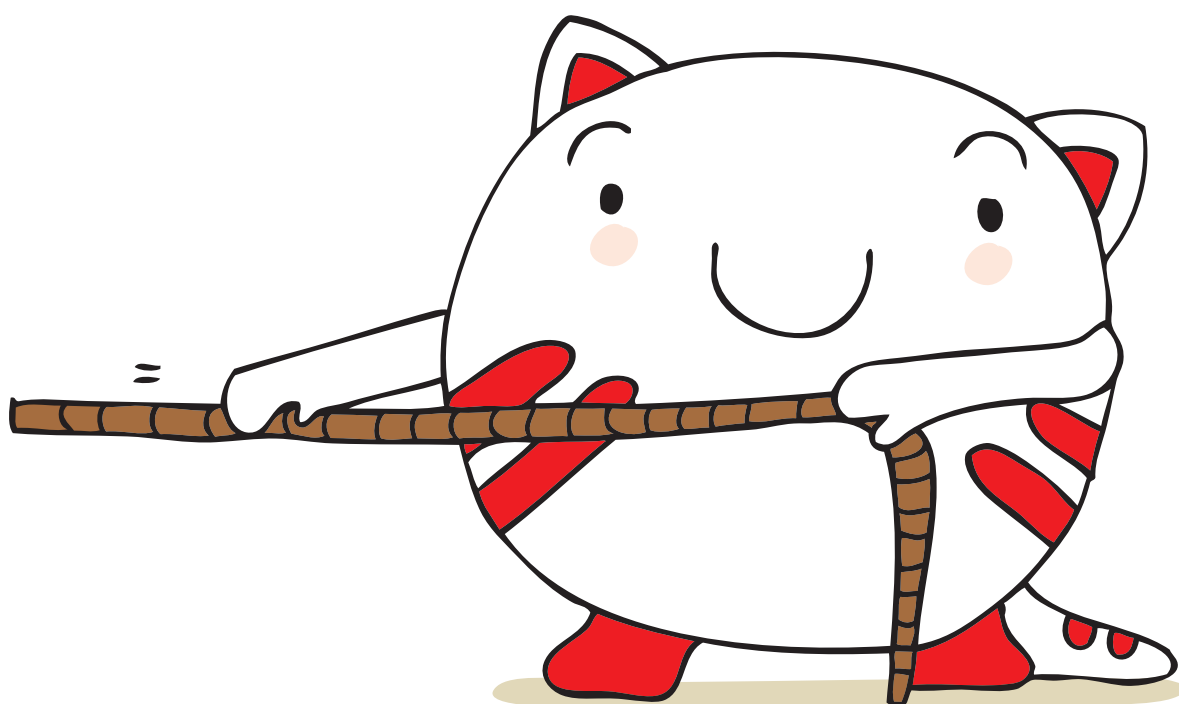
WAAR?

- Kies voor een omgeving waarin veel wordt gebrainstormd en waar ruimte is om nieuwe ideeën te bedenken.

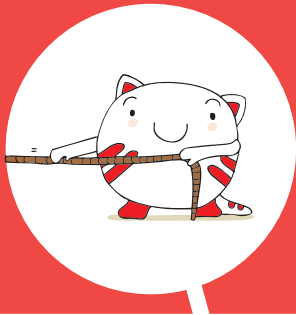
TIP!

- Je gedachten volgen elkaar in een snel tempo op. Toom jezelf af en toe wat in en wacht op het goede moment om je idee voor te stellen.
- Blijf altijd naar de ideeën van anderen luisteren, misschien wordt het jouwe dan nog beter!
- Tijd voor actie: kies de leukste ideeën en voer ze uit.

MEETREKKER



© Luk Dewulf & LannooCampus



MEETREKKER

WIE?

- Je weet precies wat je wilt. Omdat jij zo enthousiast bent, doen anderen graag met je mee.
- Je kunt de leider zijn en anderen vertrouwen je.
- Je wordt er blij van als mensen uit zichzelf iets doen wat jij eigenlijk graag wilt dat ze doen.

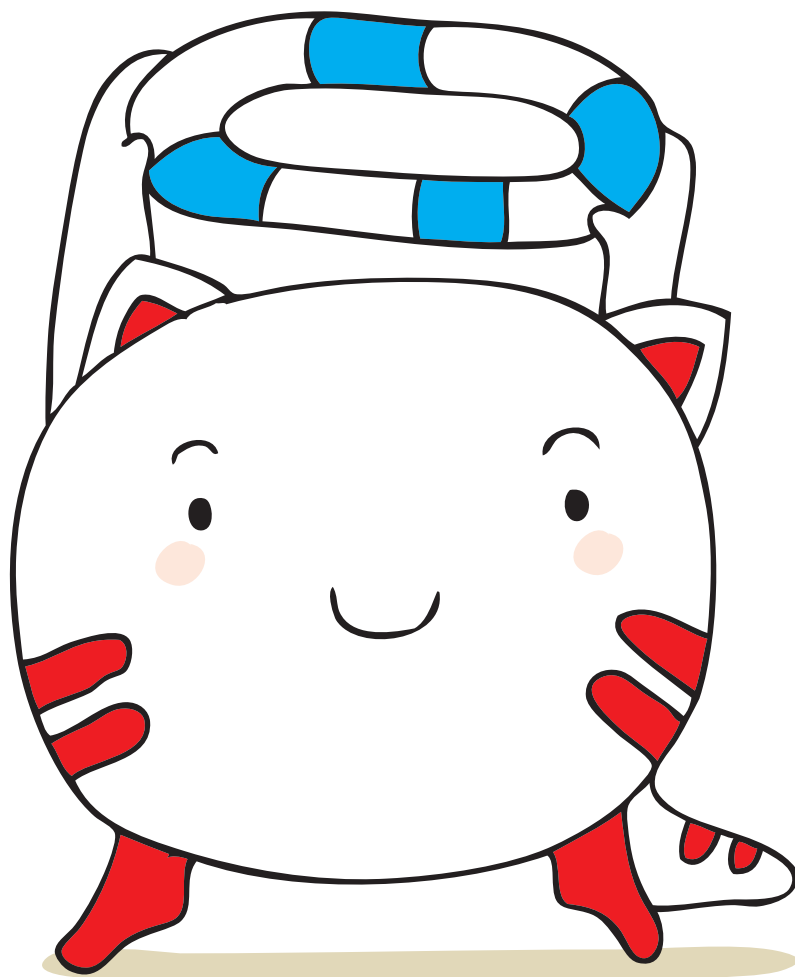
WAAR?

- Kies een omgeving waarin je je gang kunt gaan en erop kunt vertrouwen dat het goed komt.
- Voor jou hoeft het niet altijd makkelijk te lopen. Je bent op je best als het af en toe verkeerd gaat.
- Probeer zo veel mogelijk zelf te kiezen met wie je samenwerkt. Kijk of je hun mening waardeert en of je jouw ideeën met hen kunt bespreken.

TIP!

- Als je weet wat je wilt, dan ga je ervoor. Bedenk hoe je hierbij ook rekening kunt houden met de gevoelens van anderen.
- Blijf luisteren naar personen met een andere mening dan de jouwe. Wat zij zeggen, kan heel waardevol zijn.

STILLE HELPER



© Luk Dewulf & LannooCampus



STILLE HELPER

WIE?

- Je doet graag iets voor anderen zodat zij kunnen schitteren.
- Een beloning voor je hulp, een bedankje of complimentje, dat vind je genoeg.
- Je hoeft niet op de voorgrond te staan, en applaus vind je zelfs vervelend, maar je vindt het wel fijn als jouw bijdrage ook aandacht krijgt.

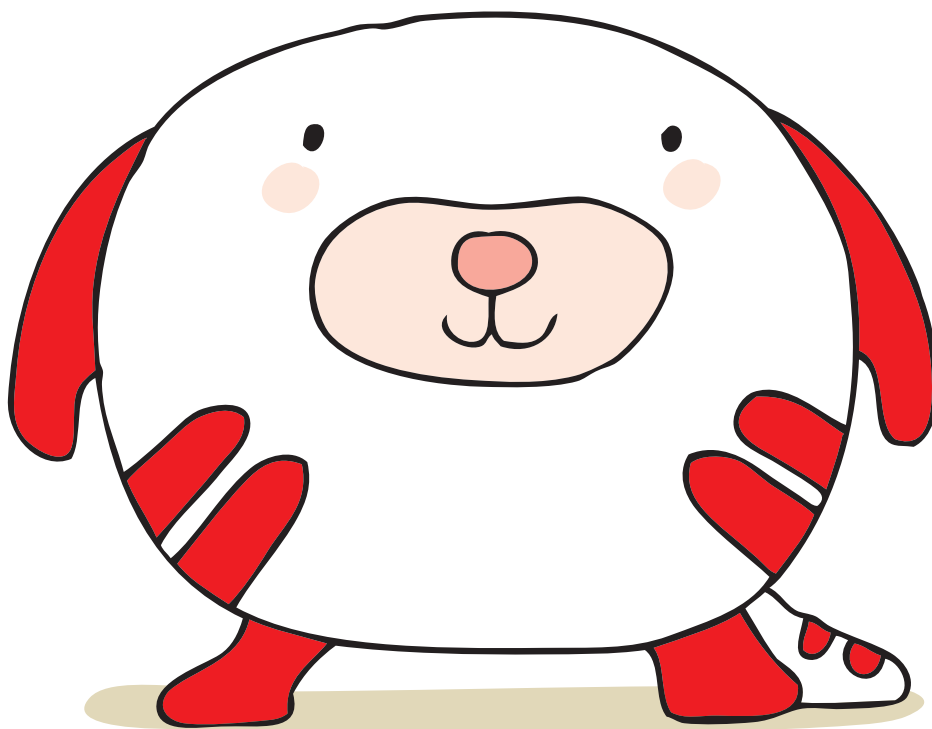
WAAR?

- Zoek mensen op die jij graag wilt helpen en die waarderen wat je voor hen doet.
- Je hebt liever een paar goede vrienden die altijd op je kunnen rekenen, dan heel veel kennissen.

TIP!

- Vertel aan de vrienden die jij helpt dat je een klein bedankje leuker vindt dan een groot applaus.
- Wat jij aan iemand geeft en wat je ervoor terugkrijgt, moet in evenwicht blijven, vergeet dat niet.
- Als je het gevoel krijgt dat jouw hulp niet meer gewaardeerd wordt, bespreek het dan.

TROUWE VRIEND



© Luk Dewulf & LannooCampus



TROUWE VRIEND

WIE?

- Je kent veel mensen, maar je hebt maar een paar goede vrienden. Voor hen ga je door het vuur.
- Je gaat ook zorgvuldig om met anderen, al ben je niet met ze bevriend.
- Je hebt tijd nodig om mensen te leren kennen en met hen te leren samenwerken.

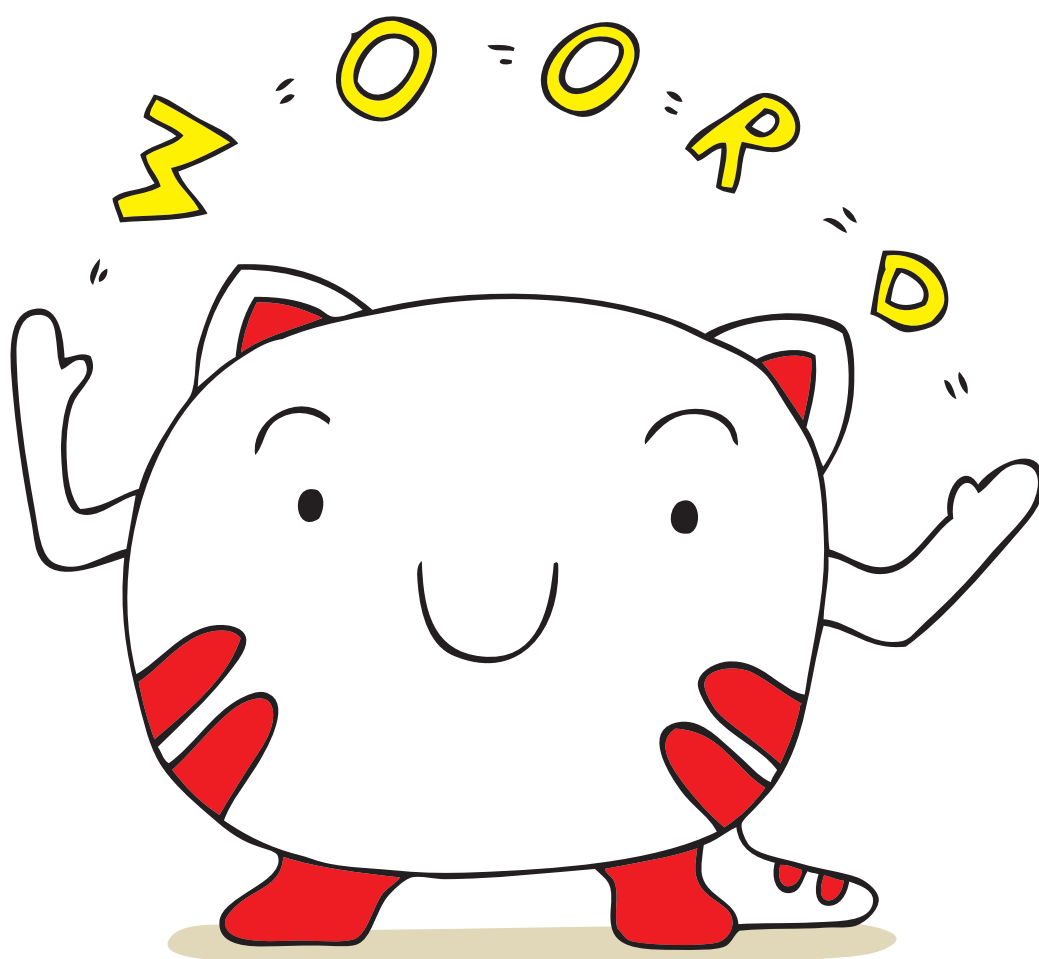
WAAR?

- Het liefst ben je in een omgeving waar je niet voortdurend of veel over jezelf moet vertellen.

TIP!

- Als iemand jou kwetst of je laat vallen, voel je je teleurgesteld. Daarmee moet je leren omgaan.
- Leg uit dat je mensen eerst wat beter wilt leren kennen voordat je iets meer over jezelf vertelt.
- Wie jou niet goed kent, weet niet wat voor jou belangrijk is en houdt daar geen rekening mee. Leg hem of haar dan uit wat voor jou belangrijk is.

WOORDKUNSTENAAR



© Luk Dewulf & LannooCampus



WOORDKUNSTENAAR

WIE?

- Prachtige zinnen maken je blij.
- Als je de juiste woorden vindt voor wat je wilt zeggen, voel je in je buik dat het klopt. Die woorden uitspreken of opschrijven, daar geniet je van.
- Woordgrapjes en grappige versprekingen maken jou aan het lachen.

WAAR?

- Zoek een omgeving waarin het belangrijk is om iets op een mooie manier te verwoorden.
- Jij kunt het verschil maken door de manier waarop je iets zegt of schrijft.
- Een omgeving waarin taal niet belangrijk is, zal voor jou een teleurstelling zijn.

TIP!

- Praten gaat voor jou vanzelf, waardoor je er niet altijd aan denkt anderen ook aan het woord te laten. Laat ze meepraten en stel vragen.
- Soms moet je hardop praten om te weten wat je denkt. Als anderen dat gek vinden, leg dan uit dat jij dat nodig hebt.
- Bereid belangrijke gesprekken goed voor, zodat je weet wat je wilt zeggen. Anders praat je misschien zoveel dat je vergeet te zeggen wat je eigenlijk wilde zeggen!