

Jouw eigen complimentenmuur

Instructies

Deze oefening is bedoeld om jouw sterke punten en opvallende positieve eigenschappen zichtbaar te maken. Je krijgt inzicht in jouw eigen kwaliteiten en talenten. Het wordt duidelijk wat voor beeld anderen van jou hebben en of dit klopt met jouw zelfbeeld.

Aan de **feedbackvrager**

Leg deze vragen voor aan **minimaal** 3 bekenden uit je directe omgeving: bijvoorbeeld je leidinggevende, een directe collega en iemand uit je privé-omgeving.

Aan de **feedbackgever**

Deze vragen gaan over degene die jou deze opdracht heeft gegeven. Antwoord zo breed mogelijk, professioneel, persoonlijk, authentiek maar altijd **positief**. Alvast bedankt voor je hulp.

1. Wat zie jij als mijn grootste kwaliteiten?
2. Kun je aangeven waarom je deze kwaliteiten waardeert?
3. Maak deze zin af: "Jij bent iemand die altijd"
4. Welke positieve MERK-waardigheden heb ik ? (opvallende passies, eigenschappen, gedrag, wetenswaardigheden, stokpaardjes etc).
5. Wat motiveert mij volgens jou het meest in mijn werk en leven?
6. Wat is volgens jou het talent dat ik zelf het meeste onderschat of onderwaardeer?
7. Wat kan ik veel beter dan duizend willekeurige andere mensen?