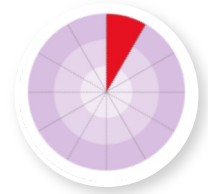


INSPIREREN

Profileren



Profileren is een van de gedragingen die deel uitmaken van de Inspireren-stijl van de Sfeer van Invloed 360°.

Mensen die anderen goed kunnen inspireren, weten hoe ze zich moeten presenteren. Ze zijn zichtbaar en kunnen je vertellen:

- Wat hun meerwaarde is
- Hoe ze zich onderscheiden van anderen, en
- Hebben geen moeite hun kwaliteiten te benoemen.





“Be proud of who you are, what you have done, and what you still will do!”

- Anoniem

Oefening 1: Maak een lijst

Voordat je jouw kwaliteiten en sterke punten naar voren kunt brengen, is het goed om ze te kennen. Schrijf je sterke punten op in onderstaande tabel in de eerste kolom. Neem hier echt de tijd voor. Denk eens terug aan wat mensen zeiden over jouw kwaliteiten, welke sterke punten werden genoemd in ontwikkelgesprekken? Etc.

Mijn sterke punten/ kwaliteiten zijn:		1	2	3	4	5	Totaal
		1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	
		1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	
		1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	
		1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	
		1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	
		1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	
		1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	
		1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	
		1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	
		1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	
		1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	

1. Ik herken dit sterke punt niet.
2. Je vertoont dit gedrag soms.
3. Dit sterke punt herken ik.

In de tweede stap van deze oefening moedigen we je aan om 5 collega's te vragen om de lijst die je hebt gemaakt te evalueren en deze sterke punten en kwaliteiten aan te geven op een schaal van 1 tot 3:

1. Ik herken dit sterke punt niet.
2. Je vertoont dit gedrag soms.
3. Dit sterke punt herken ik.

Door deze vraag te stellen, maak je eigenlijk al reclame voor jezelf!!

Noteer je totale score per sterk punt om je top 3 sterke punten en kwaliteiten te identificeren.

Oefening 2: Vraag rond

Een andere manier om je meerwaarde te achterhalen, is door jouw collega's of vrienden te vragen wat zij als jouw sterke punten en kwaliteiten zien. Om je op weg te helpen, geven we je enkele voorbeeldvragen in onderstaande tekstballonnen.

"Hoe zou je mijn kwaliteiten beschrijven?"

"Wat denk je dat mijn sterke punten zijn?"

"Kun je me helpen mijn toegevoegde waarde te bepalen?"

"Hoe onderscheid ik mijzelf van anderen?"

"Waar denk je dat ik het beste in ben?"

Schrijf hun antwoorden op, zodat je de volgende keer dat iemand je vraagt wat jouw sterke punten zijn, je je antwoord klaar hebt.

Oefening 3: Breng het in de praktijk

Nu ken je jouw sterke punten. Weten wanneer het het juiste moment is om ze onder de aandacht te brengen, is een andere uitdaging. Hoe laat je mensen je meerwaarde weten zonder die te overdrijven?

In deze oefening vragen we je de situaties op te schrijven waarvan je weet dat het nuttig zou zijn om je kwaliteiten en toegevoegde waarde te benadrukken.

We weten dat dit niet gemakkelijk is ... Daarom moedigen we je aan om de tijd te nemen en rond te kijken:

- Wat zijn mogelijkheden om over je successen te praten?
- In welke context is het nuttig om te delen waar je goed in bent?
- Op welk momenten zie je collega's met succes hun vaardigheden en successen promoten?
- Hoe reageerden anderen op dat moment?
- Wat had je op dit soort momenten kunnen zeggen om jezelf te promoten?

Een andere optie om erachter te komen welk moment het juiste is om jezelf te promoten, is door hierover te praten met iemand bij wie je je prettig voelt. Wat is volgens hen het juiste moment om sterke punten, successen en kwaliteiten onder de aandacht te brengen?

Noteer de invoer die je hebt verzameld in de onderstaande tabel.

Situaties/momenten waarop ik mijn sterke punten kon benadrukken of mijn successen kon delen:	
	
	
	
	
	

Breng al je onderzoek in de praktijk en breng je sterke punten en kwaliteiten naar voren tijdens interacties.

Succes!

Evaluatie:

Hoe is het benadrukken van jouw sterke punten en kwaliteiten in de praktijk gegaan?



1



2



3



4



5

Wat heb je geleerd? Welke inzichten heb je opgedaan?

Wat is er goed gegaan? Wat zou je weer hetzelfde doen?

Wat kan je doen om jouw optreden te verbeteren?

Wat is je volgende stap?