

Persoonlijk Ontwikkelplan Template

Inhoudsopgave

1	Inleiding	4
2	Sterke kanten en Ontwikkelpunten	5
3	Ontwikkeldoelen	7
4	Persoonlijk actieplan	8
5	OPTIONEEL: reflectie	9
6	OPTIONEEL: Conclusie	10
	OPTIONEEL: Bronvermelding	11

1 Inleiding

In de inleiding beschrijf je de directe aanleiding voor het schrijven van je POP. LET OP: dit is NOOIT "het moet voor school." Gebruik een persoonlijke ervaring, wens of anekdote, een nieuwsbericht of iets dergelijks als aanleiding.

Voorbeeld:

Na het lezen van het artikel 'Nederlandse werknemers: Training en scholing in AI broodnodig' van ICT Magazine (Dees, 2023), ben ik me bewust geworden van de noodzaak van training en scholing in AI. Het artikel stelt onder andere dat er een kloof bestaat tussen de vaardigheden en kennis die op de moderne werkplek gevraagd worden en wat er op school geleerd wordt. Bijna een derde (32%) van de Nederlandse werknemers geeft aan dat hun opleiding hen niet (voldoende) heeft voorbereid op de dagelijkse realiteit van het werk.

Ik wil, als ik straks ga werken, zeker zijn dat ik goed ben voorbereid op het werkveld. Daarom stel ik een persoonlijk ontwikkelingsplan op om hieraan te werken.

Daarna geef je aan wat de lezer in de komende hoofdstukken kan verwachten:

Voorbeeld:

Allereerst zal ik in hoofdstuk twee mijn sterke en zwakke kanten analyseren. Daarna beschrijf ik mijn ontwikkeldoelen in hoofdstuk drie. Hoofdstuk vier laat zien wat mijn persoonlijk actieplan (PAP) is.

2 Sterke kanten en Ontwikkelpunten

In dit hoofdstuk beschrijf je wat je al kunt, wat je leuk vindt, Wat je niet leuk /moeilijk vindt, wat je nog bij wil/moet leren. Je kunt dit bijvoorbeeld doen aan de hand van een persoonlijke SWOT-analyse, maar dat hoeft niet per se. Vraag ook de mensen om je heen wat ze in jou waarderen en wat ze zien als ontwikkelpunt.

Benoem ook de manier waarop je hebt nagedacht over je sterke kanten en ontwikkelpunten. Als je feedback hebt gevraagd van medestudenten of docenten, vertel dan wat ze hebben gezegd en of je jezelf herkent in het beeld dat ze van je hebben. Ook als je een persoonlijkheidstest hebt gedaan, zoals Waarom wel/niet?

Als je een specifieke methode hebt gebruikt om je sterke punten en ontwikkelpunten in kaart te brengen, zoals bijvoorbeeld een SWOT-analyse, laat dit dan ook zien en geef een korte uitleg over hoe de methode werkt.

Denk niet te snel: het is wel duidelijk zo. Alles wat je nu opschrijft is nu misschien heel helder voor je, maar over een tijdje niet meer. Als je POP ook door een ander gelezen moet worden (zoals een docent, of later een leidinggevende) is het helemaal van belang om alles goed te beschrijven. Laat het eens lezen door iemand en pas op basis van die feedback je beschrijving aan.

Voorbeeld:

Om mijn sterke punten en ontwikkelpunten te identificeren heb ik feedback gevraagd aan twee medestudenten en twee docenten. De medestudenten zaten beide in mijn projectgroep de afgelopen weken en de docenten hebben mij van dichtbij meegemaakt omdat ze de projectbegeleider waren en mijn studieloopbaanbegeleider.

Mijn medestudenten gaven aan dat ze zagen dat ik heel gedreven en perfectionistisch ben. Dit bleek uit hoe ik de groep steeds aanspoorde verder te werken en mijn eigen werk volgens hen van hoge kwaliteit was. Ook gaven ze aan dat ze zagen dat ik andere studenten in de groep wist te betrekken en te motiveren. De medestudenten gaven ook aan dat ze zagen dat ik presenteren nog moeilijk vind. Ze gaven aan dat ik niet altijd goed uit mijn woorden kwam en moeite had met oogcontact maken. Ook zeiden ze dat ik niet een duidelijke structuur had.

Mijn projectbegeleider zei ook dat ik een goede groepswerker ben, omdat ik de input van alle groepsgenoten vraag en dat ik er echt naar luister. Ze gaf ook aan dat het lijkt alsof ik te veel naar me toe wil trekken, omdat ik het lastig vind om dingen aan anderen over te laten. Mijn studieloopbaanbegeleider gaf me mee dat ik het nog lastig vind mijn tijd goed in te delen en dat ik daardoor soms veel stress ervaar.

Ik ben het wel eens met de meeste feedback. Het is fijn om te horen dat mijn groepsgenoten mijn inzet waarderen. Ik denk ook dat ik een harde werker ben. Dat perfectionisme herken ik minder, maar als ik zo overkom dan moet ik daar eens over nadenken. Ik neem geen genoegen met een 5,5, dat is waar, maar met een 7 ben ik wel tevreden. Als ik bang ben dat groepsgenoten wel tevreden zijn met een 5,5 dan kan dat inderdaad betekenen dat ik het moeilijk vind dingen los te laten.

Mijn presentatievaardigheden moeten echt nog verbeterd worden. Ik herken wat mijn groesgenoten hierover zeggen. Ook de opmerking over timemanagement van mijn loopbaanbegeleider herken ik. Ik heb de neiging dingen voor me uit te schuiven als ik niet goed weet hoe ik moet beginnen.

Deze feedback heb ik, naast mijn eigen inzichten, verwerkt in een SWOT-analyse. Een persoonlijke SWOT-analyse is een tool die wordt gebruikt om individuele sterke punten, zwakke punten, kansen en bedreigingen in kaart te brengen. Deze zijn te zien in Tabel 2-1.

Sterke punten • Groepswerker • Nauwkeurig en zorgvuldig • Initiatief nemen	Zwakke punten • Moeite met taken loslaten • Presentatievaardigheden • Perfectionisme
Kansen • Avans Extra biedt een cursus: Loslaten, hoe doe je dat? • Ik kan een leidende rol nemen in groepswerk	Bedreigingen • School en werk samen kosten veel tijd. Als ik mijn tijd niet goed beheer kan ik ook veel stress ervaren

Tabel 2-1 Persoonlijke SWOT-analyse

3 Ontwikkeldoelen

OP basis van je sterke kanten en ontwikkelpunten schrijf je hier je SMART-geformuleerde doelen op. Zie hiervoor ook de les SMART formuleren op Brightspace.

Voorbeeld:

Ik ga binnen twee maanden mijn presentatievaardigheden verbeteren door helderder te spreken, beter oogcontact te maken en een duidelijke structuur aan te brengen. Dit ga ik doen door tweewekelijks een presentatie te houden voor mijn vrienden. Die geven me dan feedback. Het doel is geslaagd als de feedback aangeeft dat ik helder spreek, een goede structuur heb en oogcontact maak met alle leden van het publiek.

4 Persoonlijk actieplan

Hier geef je je persoonlijk actieplan. Zie hiervoor ook de les op Brightspace "persoonlijk Actieplan".

Voorbeeld

POP	PAP	Wie/Wat heb ik nodig	Evaluatie-momenten
Ik ga mijn presentatievaardigheden verbeteren door helderder te spreken, beter oogcontact te maken en een duidelijke structuur aan te brengen.	Ik ga 18 februari op zoek naar filmpjes over structuur		19 februari
	Op 20 februari geef ik een presentatie aan drie vrienden	Drie vrienden	20 februari
	Op 28 februari verwerk ik de feedback van de vorige keer in een nieuwe presentatie		

5 OPTIONEEL: reflectie

Als je het voor jezelf doet, is het misschien handig om je POP, PAP en reflectie in één document te hebben. Als je voor school een POP/PAP maakt, volg dan altijd de instructie van de docent op wat betreft reflectie.

6 OPTIONEEL: Conclusie

Als je het POP ziet als een zelfstandig verslag eindig je met een conclusie, waarin je de belangrijkste zaken uit het verslag nog eens formuleert. Mogelijk wil je op basis van je reflectie één of meerdere SMART geformuleerde doelen voor de toekomst hier neerzetten. Die moeten dan wel logisch volgen uit je POP, PAP en reflectie.

OPTIONEEL: Bronvermelding

Als je bronnen hebt gebruikt bij het formuleren van doelen of je actieplan, bijvoorbeeld generatieve AI zoals ChatGPT, of plaatjes, dan moet je daar wel naar verwijzen. Doe dat zoals je opleiding je dat geleerd heeft.