

Bewaarlijst persoonlijke kenmerken

Wil je onthouden welke **kaartjes persoonlijke kenmerken** je hebt gekozen?
Vink ze hieronder aan.

- ☐ 1 Ik kan goed analyseren
- ☐ 2 Ik kan me verliezen in details
- ☐ 3 Ik kan goed plannen
- ☐ 4 Ik vind het moeilijk om tijd goed in te schatten
- ☐ 5 Ik heb behoefte aan routines en structuur
- ☐ 6 Ik ben er goed in om te zorgen dat ik overzicht heb
- ☐ 7 Ik onthoud meestal wat belangrijk is
- ☐ 8 Ik vergeet veel
- ☐ 9 Ik benader de meeste dingen rationeel en gebruik mijn denkkraft om dingen op te lossen
- ☐ 10 Ik heb sterke principes en gevoelens over wat wel en niet belangrijk is in het leven
- ☐ 11 Ik heb vertrouwen in mijn toekomst
- ☐ 12 Ik heb voel me onzeker over mijn toekomst
- ☐ 13 Ik vermijd risico's
- ☐ 14 Ik ben nauwkeurig en zorgvuldig
- ☐ 15 Ik ben wat chaotisch
- ☐ 16 Ik kan moeilijk beslissen
- ☐ 17 Ik vind het moeilijk om te kiezen wat meer en minder belangrijk is
- ☐ 18 Ik kan helemaal opgaan in een activiteit
- ☐ 19 Ik ben verslavingsgevoelig
- ☐ 20 Ik neem gesproken en geschreven taal vaak letterlijk
- ☐ 21 Ik vind het moeilijk om snel te reageren
- ☐ 22 Ik heb vaak meer tijd nodig om informatie te verwerken
- ☐ 23 Ik heb een sterk rechtvaardigheidsgevoel
- ☐ 24 Ik ben impulsief
- ☐ 25 Ik stel moeilijke dingen lang uit of doe ze helemaal niet
- ☐ 26 Ik heb veel energie

- ☐ 27 Ik voel me vaak leeg en uitgeput
- ☐ 28 Ik pieker veel
- ☐ 29 Ik kan helemaal blokkeren
- ☐ 30 Ik ervaar vaak stress
- ☐ 31 Ik voel weerstand als een ander dingen voor mij bepaalt
- ☐ 32 Ik ben zelfstandig en maak mijn eigen keuzes
- ☐ 33 Ik laat me makkelijk door een ander overhalen om iets wel of niet te doen
- ☐ 34 Ik kan mijn grenzen goed bewaken
- ☐ 35 Ik gebruik medicijnen die invloed kunnen hebben op mijn gedrag of gedachten
- ☐ 36 Ik heb moeite met het maken en onderhouden van sociale contacten
- ☐ 37 Ik ben heel loyaal
- ☐ 38 Ik ervaar sterke emoties
- ☐ 39 Ik heb behoefte aan controle
- ☐ 40 Ik denk vaak zwart-wit
- ☐ 41 Ik heb faalangst
- ☐ 42 Ik heb zelfkennis
- ☐ 43 Ik heb zelfvertrouwen
- ☐ 44 Lichaamstaal en andere non-verbale communicatie mis ik soms of interpreteer ik verkeerd
- ☐ 45 Ik kan mijn eigen gevoelens en emoties slecht aanvoelen
- ☐ 46 Sociale situaties geven mij vaak stress
- ☐ 47 Ik raak snel overprikkeld
- ☐ 48 Ik kan niet (veel) werken en verdienen door een beperkte belastbaarheid
- ☐ 49 Ik sluit mij vaak af voor prikkels
- ☐ 50 Ik kan goed beslissingen nemen
- ☐ 51 Ik weet waar ik wel en niet goed in ben en accepteer dat ook
- ☐ 52 Ik ben goed in het uitzoeken van moeilijke dingen
- ☐ 53 Ik deel niet graag mijn vragen en twijfels
- ☐ 54 Ik praat makkelijk met anderen over mijn vragen en twijfels