



Stage 3

2e EDITIE

Inhoud

HOOFDSTUK 1	Voorbereiden op je externe stage	2
HOOFDSTUK 2	Beginnen aan je externe stage	13
HOOFDSTUK 3	Omgaan met collega's en klanten	25
HOOFDSTUK 4	Hoe hoort het op het werk?	39
HOOFDSTUK 5	Samenwerken	48
HOOFDSTUK 6	Keuzes maken	65
HOOFDSTUK 7	Eindopdracht	76

HOOFDSTUK 1

Vorbereiden op je externe stage

Dit leer je dit hoofdstuk.

1.	Je kunt uitleggen waarom de eerste indruk belangrijk is.
2.	Je kunt uitleggen hoe je een goede indruk kunt maken.
3.	Je kunt uitleggen wat jouw talenten en interesses zijn.
4.	Je kunt jouw eigen visitekaartje maken.

WAT ZIE JE BIJ DE EERSTE INDRUK?

Als je iemand voor het eerst ontmoet maak je een **eerste indruk**.

De ander beoordeelt jou op hoe jij overkomt.

En jij beoordeelt de ander op hoe die op jou overkomt. Je ziet:

- het **uiterlijk**:
Hoe ziet iemand eruit en welke kleding heeft hij of zij aan?
- de **houding**:
Hoe staat of zit iemand?
- de **lichaamstaal**:
Wat laat iemand zien met zijn houding en bewegingen?

OPDRACHT 1

De eerste indruk krijg je met je ogen: hoe ziet iemand eruit?

Welke 3 dingen zie je meteen? Kruis de goede antwoorden aan.

- ☐ uiterlijk
- ☐ stem
- ☐ houding
- ☐ lichaamstaal
- ☐ verstand
- ☐ sportiviteit

OPDRACHT 2

Je gaat naar een snackbar.

Je bent de enige klant.

De zaak ziet er netjes uit. Je wordt vriendelijk begroet.

De baas draagt een witte jas vol vlekken.

Zijn broek is vuil en hij veegt steeds zijn neus af met zijn hand.

Wat is jouw eerste indruk?

OPDRACHT 3



1



2



3



4

Maken de mensen op de foto's een goede of een slechte indruk?

Leg uit waarom je dat vindt.

Persoon 1: _____

Persoon 2: _____

Persoon 3: _____

Persoon 4: _____

OPDRACHT 4

Doe deze opdracht met de hele groep.

Met een klasgenot speel je een ontmoeting na.

De groep kijkt naar jullie. Het lijkt of het geluid van de televisie uitstaat.

Je mag geen geluid maken!

Kies samen welke ontmoeting jullie gaan spelen. Of bedenk zelf een ontmoeting.

Kies ook of je speelt dat je een goede of een slechte eerste indruk maakt.

Ontmoeting 1	Er komt een nieuwe leerling in de groep. Je ontmoet elkaar op de gang.
Ontmoeting 2	Je tante heeft een nieuwe vriend. Je ontmoet elkaar op haar verjaardag.
Ontmoeting 3	Er komt een nieuwe speler in je sportteam. Je ontmoet elkaar in de kleedkamer.
Ontmoeting 4	De koning bezoekt jullie school! Je ontmoet hem in de klas.
Ontmoeting 5	Je maakt kennis met je begeleider op je stageplek. Je ontmoet hem in een kantoor.

Na afloop zegt de groep of jullie een positieve of een negatieve indruk hebben gegeven.

WAT HOOR JE BIJ DE EERSTE INDRUK?

Bij de eerste indruk let je niet alleen op uiterlijk, houding en lichaamstaal.

Je let ook op de stem. Je hoort:

- hoe de stem klinkt: een harde of zachte stem, een hoge stem, een lage stem
- hoe iemand praat: duidelijk, onduidelijk, vriendelijk, kortaf
- wat iemand zegt: beleefd of onbeleefd, interessant of saai, belangrijk of onbelangrijk.

OPDRACHT 5

Doe deze opdracht met een klasgenoot.

Leerling 1 = _____

Leerling 2 = _____

Jullie oefenen met het op verschillende manieren iets zeggen. Je doet dat om de beurt.

Als je aan de beurt bent, kies je hoe je iets gaat zeggen.

Kies uit: vrolijk - boos - verdrietig - verlegen - brutaal - keurig - verveeld - stoer.

De ander probeert te raden hoe je het zegt.

Probeer het ook eens met je ogen dicht te raden.

Is dat makkelijker of moeilijker? _____

Hoe komt dat denk je? _____

OPDRACHT 6

Wat hoort bij de eerste indruk?

- ☐ Iemand kan goed koffie inschenken.
- ☐ Iemand heeft een vlek in zijn shirt.
- ☐ Iemand heeft blond haar.
- ☐ Iemand is niet goed te verstaan.
- ☐ Iemand houdt van drop.
- ☐ Iemand zit onderuitgezakt.
- ☐ Iemand heeft een nette jurk aan.
- ☐ Iemand kijkt je aan.
- ☐ Iemand draagt een bril.
- ☐ Iemand kan goed voetballen.

OPDRACHT 7

Heb je pas geleden iemand voor het eerst ontmoet? ja / nee

Weet je nog wie dat was en waar dat was? _____

Wat was je eerste indruk van deze persoon? _____

Leg je antwoord uit.

EEN GOEDE EERSTE INDRUK MAKEN

Wanneer je iemand voor de eerste keer ontmoet, krijgt deze persoon een eerste indruk van jou.





Het is belangrijk dat je een positieve eerste indruk maakt.

Dat doe je zo:

- Je kijkt iemand aan.
- Je praat duidelijk.
- Je ziet er **verzorgd** uit.
- Je hebt een positieve **uitstraling**.
- Je luistert goed.
- Je lichaamstaal is positief.

OPDRACHT 8

Morgen ga je voor het eerst naar je nieuwe stageplek.

Wat kun je de avond van tevoren al klaarleggen?

OPDRACHT 9

Je wilt een goede indruk maken.

Vul de goede woorden in.

Kies uit: vlekken – schoon – rechtop – gewassen – gaten – vriendelijk – gekamd – gepoetst

Ik heb mijn haar _____ en _____

Ik heb mijn tanden _____

Mijn kleren zijn _____

In mijn broek zitten geen _____

Op mijn shirt zitten geen _____

Ik loop _____

Ik kijk _____

VISITEKAARTJE

Mensen die elkaar voor het eerst ontmoeten geven elkaar vaak een kaartje. Daar staat hun naam op, hun beroep, hun telefoonnummer en adres. Dat heet een [visitekaartje](#).



Visitekaartje.

OPDRACHT 10

Bekijk het visitekaartje.

Van wie is dit kaartje? _____

Bij welk bedrijf werkt zij? _____

Wat is zijn telefoonnummer? _____

Naar welk adres kun je een e-mail sturen? _____

Aan welke straat staat het bedrijf? _____

CONTACT OPNEMEN

Als je een visitekaartje van iemand hebt, kun je contact opnemen. Bijvoorbeeld om iets te vragen of om een afspraak te maken.

OPDRACHT 11

Van wie zou jij wel graag een visitekaartje willen hebben? Bedenk 3 mensen.

1. _____
2. _____
3. _____

Zou je dan willen opbellen of een e-mail sturen?

Wat zou je willen vragen?

1. _____
2. _____
3. _____

FOTO

Op een visitekaartje kan ook een foto staan.
Een foto geeft extra informatie.



OPDRACHT 12

Wat kun je zeggen over de vrouw op de foto?

Bijvoorbeeld: wat is haar beroep? _____

Wat is jouw indruk van haar? _____

OPDRACHT 13

Maak een visitekaartje voor jezelf.

Dat kun je geven als je met iemand kennismaakt. Bijvoorbeeld met je begeleider op je stageplek.

Zo kun je een goede indruk maken.

Op het kaartje staat belangrijke informatie over jou.

En een mooie foto, waar je helemaal op staat.

Bedenk wat er op het kaartje moet staan. Vul je gegevens in.

Naam:	
Adres:	
Telefoonnummer:	
E-mailadres:	
School:	

TALENTEN

Het is belangrijk dat je weet waar je goed in bent. Wat je **talenten** zijn.

Wat kun je goed op school, wat kun je goed thuis? En wat vind je leuk om te doen?

Dat is allemaal informatie over jou.



Wat is jouw talent?



OPDRACHT 14

Bedenk wat je talenten zijn. Waar ben je goed in?

Schrijf ze op:

Ik kan goed _____

Ik kan goed _____

Ik kan goed _____

Ik kan goed _____

OPDRACHT 15

Wat vind je op school en thuis leuk om te doen?

Ik vind het leuk om _____

Ik vind het leuk om _____

Ik vind het leuk om _____

Ik vind het leuk om _____

OPDRACHT 16

Maak een mooie foto van jezelf.

Overleg met je docent waar en hoe je dit gaat doen.

Bedenk van tevoren welke kleren je aan wilt.

Hoe wil je kijken op de foto? Dat kun je voor de spiegel oefenen.

