

Doel

Om succesvol te zijn in je leven, werk en in de omgang met anderen is het belangrijk dat je zicht hebt op je eigen specifieke kwaliteiten. Ofman heeft een model ontwikkeld om kwaliteiten van jezelf op het spoor te komen.

Werkwijze

Door middel van het maken van een aantal kernkwadranten, kunt u erachter komen wat uw kernkwaliteiten, valkuilen, uitdagingen en allergieën zijn. Als achtergrondinformatie kunt u hierbij gebruikmaken van de theorie in de bijlage en de lijst met voorbeelden van kernkwaliteiten, valkuilen, uitdagingen en allergieën.

Opdracht

Maak, om vooral uw persoonlijke kernkwaliteiten en uitdagingen te ontdekken, ten minste drie kernkwadranten. Geef per kwadrant aan wat uw kernkwaliteit is, maar ook van welke mensen u het meest kunt leren en waarom en wat uw uitdaging is.

U kunt bij deze opdracht gebruikmaken van (de bijgevoegde):

- uitleg over de vier ingangsmogelijkheden van het kwadrant.
- blanco kernkwadrantschema's.
- voorbeelden van kernkwaliteiten en uitdagingen.
- voorbeelden van valkuilen en allergieën.

Eerste ingang: de kernkwaliteit

Vaak vinden wij het moeilijk positieve dingen over onszelf te uiten. Wij weten beter wat we niet goed doen dan wat we wel goed doen. Deze ingang is dus vaak minder bruikbaar.

Tweede ingang: de valkuil

Vaak een gemakkelijke ingang. We hebben ons hele leven geleerd te letten op dingen die niet goed zijn of beter zouden kunnen. Luister naar wat anderen regelmatig over ons roepen en daar is de valkuil. Van hieruit kan het kwadrant afgemaakt worden.

Derde ingang: de uitdaging

Ook dit is vaak een moeilijke ingang. De vraag: welke kwaliteit zou u goed kunnen gebruiken om een evenwichtiger en completer mens te worden, ligt min of meer in dezelfde lijn als de eerste ingang. Hulpmiddel kan zijn om u af te vragen welke kwaliteit u in het algemeen in een ander bewondert. Dit is vaak een uitdaging.

Vierde ingang: de allergie

De gemakkelijkste ingang om een kernkwadrant uit te werken. Het is vaak niet moeilijk om aan te geven waar u (bij een ander) niet tegen kunt. Vanuit deze ingang is dubbele controle op de juistheid mogelijk, omdat die kwaliteit of vervorming vanuit drie richtingen moet kloppen.

Voorbeeldlijst:

Kernkwaliteiten en uitdagingen (1)

- | | |
|--------------------|-------------------|
| • Zorgeloosheid | Luchthartigheid |
| • Hulpvaardigheid | Zorgzaamheid |
| • Bedachtzaamheid | Voorzichtigheid |
| • Moed | Toewijding |
| • Geduld | Ingetogenheid |
| • Daadkracht | Vastberadenheid |
| • Waakzaamheid | Werkelijkheidszin |
| • Realisme | Alertheid |
| • Optimisme | Openhartigheid |
| • Receptiviteit | Ontvankelijkheid |
| • Directheid | Resoluutheid |
| • Loslaten | Overlaten |
| • Behulpzaamheid | Dienstbaarheid |
| • Vasthoudendheid | Onverdrotenheid |
| • Doelmatigheid | Pragmatisme |
| • Vooruitstrevend | Baanbrekend |
| • Verdraagzaamheid | Toegefelijheid |
| • Preciesheid | Secuurheid |
| • Losheid | Inschikkelijkheid |
| • Zorgvuldigheid | Nauwgezetheid |
| • Zakelijkheid | Striktheid |
| • Enthousiasme | Geestdrift |
| • Relativisme | Terughoudendheid |
| • Spontaniteit | Hartstocht |
| • Openheid | Toegankelijkheid |
| • Gulheid | Vrijgevigheid |
| • Spaarzaamheid | Soberheid |
| • Ongekunsteldheid | Rechtgeaardheid |
| • Genuanceerdheid | Diplomatie |
| • Ronduit | Vierkant |
| • Attentheid | Voorkomendheid |

Voorbeeldlijst:

Kernkwaliteiten en uitdagingen (2)

- | | |
|---------------------|--------------------|
| • Bescheidenheid | Nederigheid |
| • Zelfbewustheid | Grandeur |
| • Nuchterheid | Weloverwogenheid |
| • Behoedzaamheid | Oplettendheid |
| • Gedrevenheid | Vastbeslotenheid |
| • Geleidelijkheid | Zachtzinnigheid |
| • Doelgerichtheid | Efficiency |
| • Creativiteit | Scheppingsvermogen |
| • Gedegenheid | Grondigheid |
| • Humor | Opgewektheid |
| • Tact | Fijngevoeligheid |
| • Gedecideerdheid | Stelligheid |
| • Standvastigheid | Volhardendheid |
| • Flexibiliteit | Buigzaamheid |
| • Empathie | Invoelingsvermogen |
| • Idealisme | Vertrouwen |
| • Grenzen stellen | Confronteren |
| • Inlevingsvermogen | Harmonie |
| • Helderheid | Beschouwing |
| • Souplesse | Plooibaarheid |
| • Doordachtzaamheid | Bezonnenheid |
| • Onbaatzuchtigheid | Grootmoedigheid |
| • etc. | |
| • etc. | |

Voorbeeldlijst:

Valkuilen en allergieën (1)

- | | |
|------------------------|-------------------|
| • Onvermurwbaarheid | Hardnekkigheid |
| • Angstvalligheid | Twijfelachtigheid |
| • Cynisme | Pessimisme |
| • Argeloosheid | Simplisme |
| • Buitenissigheid | Extravagantie |
| • Krenterigheid | Karigheid |
| • Ongeïnteresseerdheid | Onverschilligheid |
| • Aarzeling | Stroperigheid |
| • Naïviteit | Onbenulligheid |
| • Wantrouwen | Argwaan |
| • Betutteling | Bemoedering |
| • Warrigheid | Rommeligheid |
| • Rigiditeit | Weerbarstigheid |
| • Lichtzinnigheid | Onbezonnenheid |
| • Bagatellisering | Geremdheid |
| • Overdrevenheid | Ongeremdheid |
| • Meedogenloosheid | Kilheid |
| • Conflictvermijgend | Pamperen |
| • Koelheid | Afstandelijkheid |
| • Sentimentaliteit | Medelijden |
| • Botheid | Bruutheid |
| • Roekeloosheid | Fanatisme |
| • Berusten | Laissez-faire |
| • Passiviteit | Afwachtendheid |
| • Drammerigheid | Stijfkoppigheid |
| • Egoïsme | Zelfzuchtigheid |
| • Isolationisme | Solisme |
| • Conservatisme | Saaigheid |
| • Ongenaakbaarheid | Stugheid |
| • Grenzeloosheid | Jovialiteit |
| • Traagheid | Nutteloosheid |

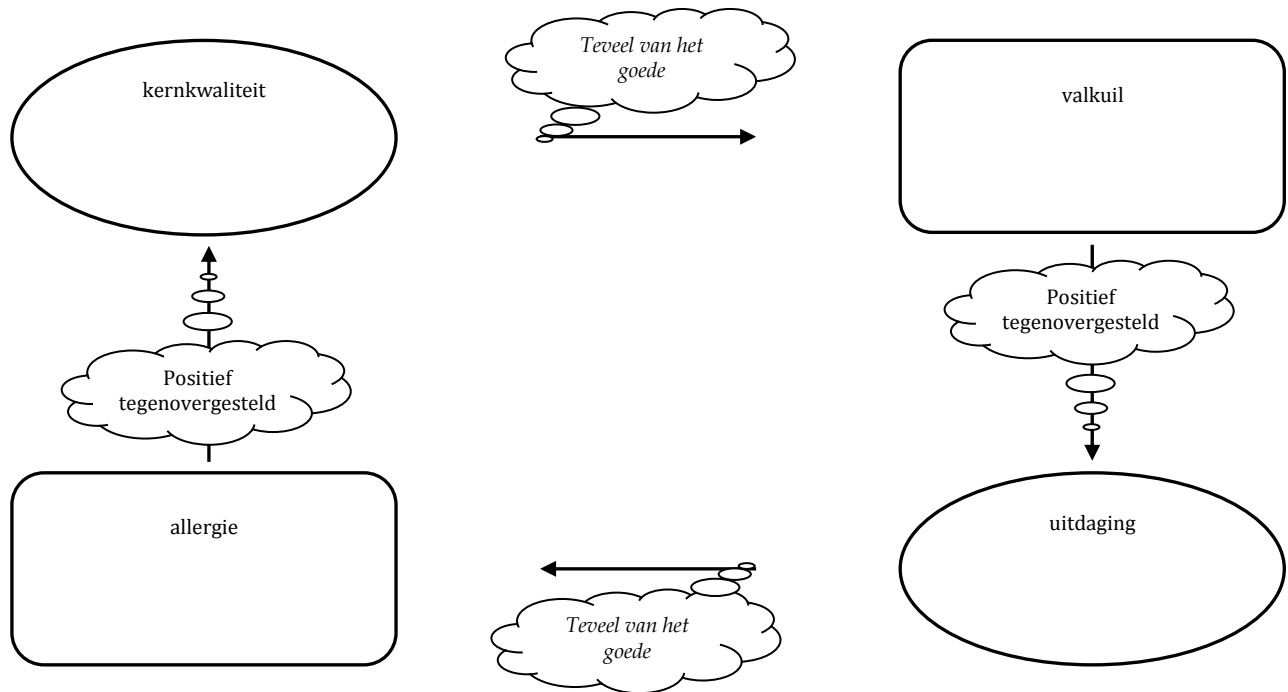
Voorbeeldlijst:

Valkuilen en allergieën (2)

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| • Rücksichtslosigkeit | Monomanie |
| • Gelatenheit | Onderkoeldheid |
| • Bezetenheit | Opgefoetheid |
| • Opdringerigheid | Plakkerigheid |
| • Onverbiddelijkheid | Lompheid |
| • Starheid | Taaheid |
| • Wispelturigheid | Grilligheid |
| • Nalatihheid | Achteloosheid |
| • Chaos | Wanordelijkheid |
| • Pietepouterigheid | Muggenzifterij |
| • Onachtzaamheid | Gesjoemel |
| • Pietluttigheid | Punaisepoetserij |
| • Slordigheid | Nonchalance |
| • Cruheid | Grofheid |
| • Indirectheid | Manipulatie |
| • Halfslachthheid | Sponsachtigheid |
| • Bedeesdheid | Schuchterheid |
| • Arrogantie | Zelfgenoegzaamheid |
| • Somberheid | Tobberigheid |
| • Oppervlakkigheid | Losbolligheid |
| • Onechtheid | Gekunsteldheid |
| • Ongenuanceerdheid | Ruwheid |
| • etc. | |
| • etc. | |

Bijlage: Kernkwadranten

Het kernkwadrant schematisch weergegeven



Kernkwaliteiten

Kernkwaliteiten zijn kwaliteiten die onlosmakelijk met een mens verbonden zijn en in zuivere vorm sterke kwaliteiten zijn. Denk bijvoorbeeld aan kwaliteiten daadkracht, moed, invoelingsvermogen, ordelijkheid, et cetera. Kernkwaliteiten kennen ook vervormingen. Bij een teveel van het goede wordt een kernkwaliteit een **valkuil**. Als behulpzaam bijvoorbeeld doorschiet naar bemoeizucht, kan van de kernkwaliteit geen positieve werking meer uitgaan.

De valkuil waarin iemand regelmatig valt is datgene wat die persoon regelmatig als 'label' opgeplakt krijgt. Iemand met de kwaliteit daadkracht wordt bijvoorbeeld verweten dat hij niet zo drammerig moet zijn.

Vanuit de kwaliteit naar de valkuil is voor de 'typische Nederlander' vaak moeilijk. De omgekeerde beweging van de valkuil naar de kwaliteit is gemakkelijker. Ga bijvoorbeeld na wat u als verwijt regelmatig te horen krijgt. Vraag u vervolgens af van welke positieve kwaliteit dit te veel is en ziedaar de kernkwaliteit.

Iedereen wordt zowel met vervormingen als kernkwaliteiten van zijn medemens geconfronteerd. Als u achter de vervormingen de kernkwaliteiten leert zien, wordt het mogelijk door vervelend gedrag heen te kijken. Wellicht ligt achter starheid vastberadenheid verscholen. Of is onverzettelijkheid een vervorming van doorzettingsvermogen.

Door persoon en gedrag van elkaar los te koppelen, wordt het gemakkelijk de kernkwaliteit achter iemands negatieve gedrag te vinden. Confrontatie met vervormingen moet vanuit een positieve houding tegenover de persoon plaatsvinden. Confrontatie is alleen zinvol als die zich richt op gedrag. Iemand is als persoon nooit drammerig of klef. Het is drammerig of klef gedrag dat irriteert.

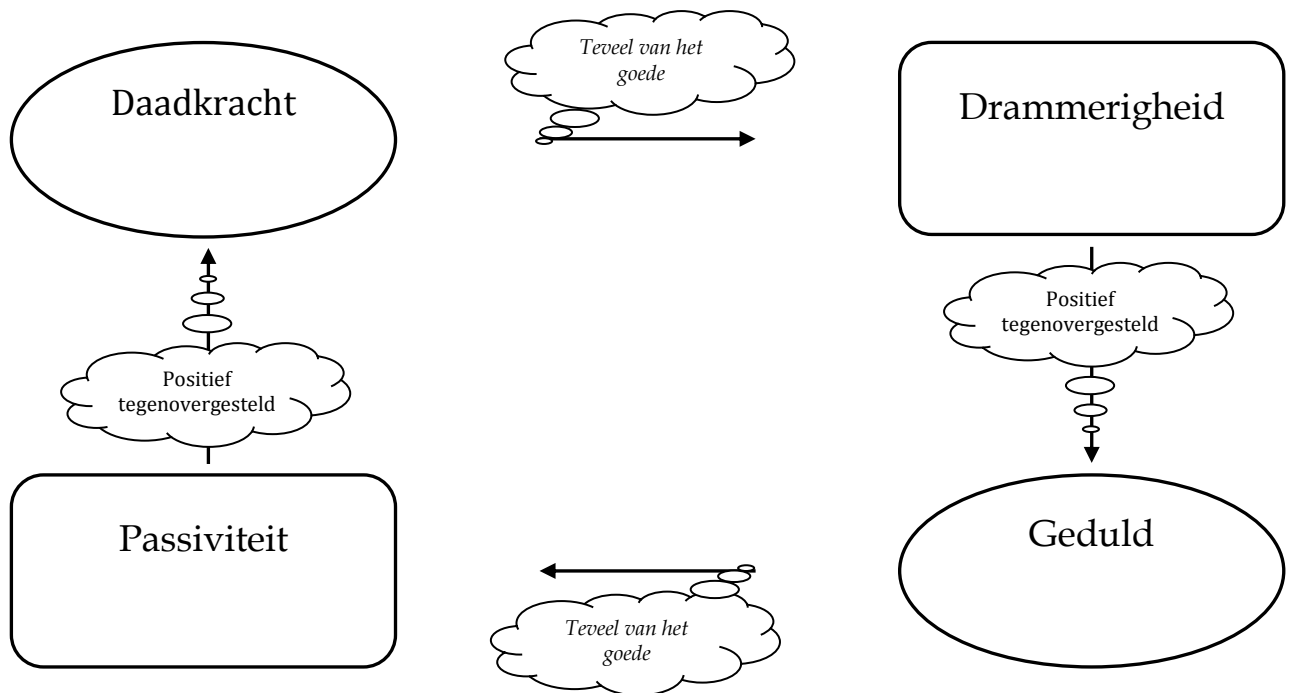
Naast de valkuil is er de **uitdaging** van de kernkwaliteit. De uitdaging is de positief tegenovergestelde kwaliteit van de valkuil. Bij drammerigheid is dat wellicht geduld. **De kernkwaliteit en de uitdaging zijn elkaars aanvullende kwaliteiten.** Het gaat er dus om de **balans** te vinden tussen daadkracht en geduld. Door de uitdaging te ontwikkelen, kunt u voorkomen door een teveel van het goede van de kernkwaliteit in de valkuil te vallen. Het gaat om **en-en**, niet om of-of. De kunst is zowel de kernkwaliteit als de uitdaging tegelijk te zien.

De doorsneemens blijkt **allergisch** te zijn voor een teveel van zijn uitdaging; vooral als hij die in een ander verpersoonlijkt vindt. Een daadkrachtig persoon wordt geïrriteerd als hij geconfronteerd wordt met passiviteit. Hij is allergisch voor passiviteit, omdat passiviteit een teveel van de uitdaging (= geduld) is. Hij weet zich daar vaak geen raad mee. Hoe meer men in een ander met zijn eigen allergie geconfronteerd wordt, des te groter de kans is in de eigen valkuil terecht te komen. Wat iemand het meest kwetsbaar maakt is niet zijn valkuil, maar zijn allergie. Want het is vooral de allergie die iemand in zijn valkuil drijft.

Minachting is kenmerkend voor situaties waarin men geconfronteerd wordt met zijn allergie. Minachting hebben voor een ander maakt u kwetsbaar, omdat u voordat u het weet in uw valkuil schiet en daardoor niet meer effectief bent.

Vaak zou u het meest kunnen leren van mensen waar u de grootste hekel aan heeft, waar u allergisch voor bent. Waar men allergisch voor is bij een ander, is waarschijnlijk het teveel van iets goeds dat men zelf het meeste nodig heeft. Een leidinggevende kan het meest over zichzelf leren van diegene waar hij het moeilijkst mee om kan gaan.

Uitgewerkt voorbeeld



De persoon in dit voorbeeld heeft als (Kern)kwaliteit daadkracht. Deze persoon weet van aanpakken en doorpakken. Hij weet anderen te motiveren en te overtuigen om zaken af te maken en/of op tijd op te leveren. Deze persoon zal in de praktijk vaak andere medewerkers 'achter de broek aanzitten'. Dit is een goede eigenschap en terecht een **kernkwaliteit**.

Echter bij een teveel van het goede zullen zijn collega's het gedrag niet meer als positief zien en als zeer drammerig gaan ervaren. Het resultaat zal vaak zijn dat de collega's meer weerstand gaan bieden tegen het 'gejaag' en zij zullen als reactie nog rustiger aan gaan doen.

Ons voorbeeldpersoon is **allergisch** voor dit gedrag en zal zich enorm ergeren aan de in zijn ogen extreme vorm van passiviteit. Om te bereiken wat hij wil bereiken, zal hij er nog eens een schepje boven op doen. Met andere woorden hij vervalt in zijn **valkuil** en zal dan pas echt doorslaan naar drammerig gedrag.

In plaats van meer daadkracht zou hij in deze situatie meer bereiken door de anderen iets meer tijd te gunnen, onder andere door meer geduld te betrachten.

Bij een goede balans tussen daadkracht en geduld zal de kernkwaliteit van de persoon echt goed tot uiting komen. Voor onze persoon ligt de **uitdaging** dus in het uitoefenen van geduld en het vinden van de juiste **balans** tussen daadkracht en geduld.

