# Opdracht: Sociale verwachtingen

STAP 1

Vul bij elke categorie in wat een impact heeft gehad op jou als persoon en van invloed is geweest gedurende je leven. Wees zo gedetailleerd mogelijk, zoals namen, datums en waarom je het opschrijft.

Ouders

|  |
| --- |
|  |

Andere familie

(Grootouders, broer, zusje, tante etc).

|  |
| --- |
|  |

Vrienden

(Trends, opmerkingen, wat iedereen doet)

|  |
| --- |
|  |

School

(Basisschool + Middelbare school - opmerkingen van leraren, klasgenoten)

|  |
| --- |
|  |

Studie / Hogeschool / Universiteit

|  |
| --- |
|  |

Huidige werk

|  |
| --- |
|  |

Collega’s

|  |
| --- |
|  |

Maatschappij

(Welke druk voel je? Eventuele normen en waarden die niet aansluiten bij jou)

|  |
| --- |
|  |

Media / Sociale media

|  |
| --- |
|  |

Religie

(Indien van toepassing: welke invloed heeft dit op jou gehad)

|  |
| --- |
|  |

Woonomgeving / geboorteplaats

(Voel jij je thuis waar je woont, invloed van dorp/stad)

|  |
| --- |
|  |

Status

(Was er bepaalde verwachting rondom wat je wel zou bereiken in je leven, was/is er een bepaalde norm wat je moet behalen?)

|  |
| --- |
|  |

Extra

(Indien er nog een categorie is die er niet tussen staat kan je dat hier invullen, of eventuele invloeden die volgens jou niet onder een categorie passen)

|  |
| --- |
|  |

STAP 2

Vul hieronder in welke van de invloeden die je in de vorige stap hebt opgeschreven jij gewenst vindt, dus welke je positief helpen en welke je dus liever anders ziet, ongewenst.

Gewenste invloeden

|  |
| --- |
|  |

Ongewenste invloeden

|  |
| --- |
|  |