

Oefening: Jouw ultieme profiel.

We leven in een digitale wereld. In deze wereld ontmoeten we mensen niet alleen meer in persoon maar ook via het internet. De hoeveelheid datingsites is afgelopen jaren dan ook enorm toegenomen. Op deze datingsites wordt er van je gevraagd een persoonlijk profiel te maken, waar je beschrijft wie je bent. In deze profielen proberen mensen zich zo optimaal mogelijk te profileren (en wordt er ook vaak wat overdreven en verzonnen). De vraag is nu; of jij je eigen ultieme profiel zou willen opstellen. Probeer dit zo ideaal mogelijk te maken (wees creatief...)!

<u>Mijn ultieme profiel:</u>	Foto
Leeftijd: _____	
Lengte: _____	
Gewicht: _____	
Lichaamsbouw: _____	
Gezondheid: _____	
Oogkleur: _____	
Haarkleur: _____	
Opleidingsniveau: _____	
Werk: _____	
Woning: _____	
Vrije tijd & hobby's: _____	
Persoonlijke eigenschappen:	

Wat is nu het nut van deze oefening? Het opstellen van dit ideale profiel van jezelf is wellicht een beetje vreemd voor je, maar dit ideale plaatje is vaak wel diegene die je van jezelf zou moeten zijn; waar je aan wilt voldoen. En dit kan je behoorlijk in de weg zitten, om jezelf te kunnen zijn! De vraag is dus, of je deze ideale versie van jezelf los zou kunnen laten?