Stageplan

Gezond (w)eten

Britt van Leeuwen de Mendonça
17009170
VD-2D

Zie het digitale portfolio: <https://portfoliobrittvanleewendemendonca.jouwweb.nl/>

Voor de stageperiode is er een stagewerkplan opgesteld waarin staat beschreven hoe de stageplaats eruit ziet, een persoonlijke analyse, opgestelde leerdoelen, tijdsplanning en verantwoording van de uren. Dit stageplan borduurt hier verder op door. Zo heeft er een tussentijdse evaluatie plaatsgevonden met mijn stagebegeleider over mijn functioneren op de stageplaats. Dit werd gedaan aan de hand van een door school verkregen feedbackformulier waarbij de vraag werd gesteld aan mijn stagebegeleider of zij deze wilde invullen, daarnaast vulde ook ik dit formulier zelfstandig in (zie portfolio, stage(s), Gezond (w)eten, onder het kopje de voortgang). Aan de hand van deze evaluatie heb ik mijn al eerder staande doelen meegenomen en ook in dit verslag verwerkt. Echter zijn aan de hand van de gekregen feedback en zelfevaluatie doelen toegevoegd (zie \*). Het gesprek met mijn stagebegeleider dat uit de gekregen feedback en zelfevaluatie voortkwam bestond uit een toelichting van mijn stagebegeleider, maar ook het verschil tussen de zelfevaluatie en feedback. Hieronder is per competentie een toelichting gegeven.

**Professioneel handelen**

* *Open houding*

Zowel mijn stagebegeleider als mijzelf vinden dat ik hier goed op scoor. Zo heb ik een open houding door de juiste vragen te stellen waarbij ik concreet en helder ben. Het is belangrijk dat ik dit gedurende de stageperiode vasthoud en dit is dan ook waar ik de rest van de stageperiode aan ga werken.

* *Signaleren wat nodig is en/of mogelijk is om waarde toe te voegen*

Mijn stagebegeleider geeft mij hier een goed terwijl ik mijzelf een voldoende heb gegeven. De reden dat ik mijzelf lager gegeven heb is omdat ik vind dat ik mij nog teveel fixeer op onderwerpen die mijn interesses hebben en die binnen mijn comfort zone vallen en nog te weinig de uitdaging aan ga. Dit is dan ook waar ik voor de rest van de stage een mogelijkheid zie. Ik ga hieraan werken door een actievere houding aan te nemen bij de workshops, omdat dit buiten mijn comfortzone ligt.

* *Actief handelen zonder directe opdracht*

Mijn stagebegeleider geeft mij hier een voldoende terwijl ik mijzelf een goed geef. Zo vindt mijn stagebegeleider wel dat ik met nieuwe ideeën kom en zelf aan de slag ga, maar is dit nog net niet voldoende om een goed te scoren. De reden dat ik mijzelf goed scoorde is omdat deze stage zeer zelfstandig is, waarbij ik veel mijzelf moet motiveren. Tot nu toe gaat dit erg goed en dit wil ik de rest van mijn stageperiode ook behouden.

*Leerdoel:* Aan het eind van de stageperiode heb ik praktijkervaring opgedaan m.b.t. het beroep diëtist. Dit heb ik bereikt door het meelopen in de praktijk, het bijwonen van consulten en het maken van mijn stageopdracht waarbij ik feedback ontvang van mijn stagebegeleider.

**Managen en projectmatig werken**

* *Besluiten nemen*

Hier scoren zowel mijn stagebegeleider als mijzelf mij op een goed, dit heeft mede te maken met de eerder benoemde punten. De stage die ik nu loop is al erg zelfstandig, waarbij ik vaak geheel of gedeeltelijk besluit hoe ik mijn stagedag ga invullen. Natuurlijk koppel ik dit wel altijd terug aan mijn stagebegeleider.

* *Realistische afweging kosten/baten*

Ik heb mijzelf hier een goed gegeven, mijn stagebegeleider mij een voldoende. Zij gaf hier de volgende reden voor: “Als student is het misschien nog lastig om inschatting te maken over kosten en baten. Volgens mij heb je daar toch praktijkervaring voor nodig.” Ik kan mij zeker in deze uitspraak vinden en verwacht dan ook dat ik dit gedurende de studie verder zal ontwikkelen. Wel is de eerste stap gemaakt bij mijn opdracht waarbij ik een receptenboek maak, ik probeer al deze recepten uit en ben zelf verantwoordelijk voor de kosten die hierbij van toepassing kunnen zijn. Wil ik dit dus vergoed krijgen van mijn stagebegeleider moet ik goed kijken naar de prijzen van de recepten en het bonnetje behouden.

* *Waarde creëren*

Ik heb mijzelf hier een voldoende gegeven, echter vindt mijn stagebegeleider dat ik hier een goed op scoor. Dit omdat zij een meerwaarde ziet in mij voor het bedrijf op verschillende vlakken, zowel praktisch en voor nieuwe inspiratie. Voordat ik mijzelf een goed te scoren moet ik eerst deze nieuwe ideeën uitvoeren in de praktijk, pas dan heb ik het idee dat ik mijzelf een goed mag scoren. Op dit moment ben ik gedurende de stageperiode dan ook mee bezig om dit te bereiken, zo heb ik verschillende ideeën gegeven met betrekking tot het social media account en ben ik er nu mee bezig om deze uit te voeren.

* *Leer door te doen*

Ook hier geef ik mijzelf net iets lager dan mijn stagebegeleider, dit omdat ik vind dat ik nog te terughoudend kan zijn waardoor ik niet altijd alle mogelijkheden aangrijp. Om deze reden heb ik hier dan ook een leerdoel van gemaakt.

* *Strategisch denken*

Mijn stagebegeleider scoort mij hier op voldoende, zo wordt er voldoende meegedacht aan de positie van Gezond(w)eten, maar wordt er nog te weinig gekeken naar de concurrentie. Ik had mijzelf een goed gegeven, maar kan mij zodanig goed vinden in deze feedback dat ik mijzelf nu eerder ook een voldoende zou scoren. Om dit te verbeteren zal ik gedurende de rest van de stageperiode mijzelf beter gaan verdiepen in de concurrentie van Gezond (w)eten. Dit zal ik doen door dit in kaart te brengen voor mijzelf.

*Leerdoel:* Gedurende de stageperiode voer ik gemaakte afspraken naar behoren uit en lever ik deze op tijd in, of terwijl ik stel dit niet uit. Dit doe ik aan door de gemaakte tijdsplanning te volgen die te vinden is onder het kopje planning, waarbij ik feedback vraag aan mijn medestagiaire over mijn handelen.

\*Gedurende de stageperiode grijp ik kansen aan, zo zal ik bij het geven van workshops een deel overnemen waardoor ik uit mijn comfortzone stap, met als gevolg dat ik dit aan het einde van de stageperiode niet meer als een struikelblok ervaar.

**Netwerken en verbinden**

* *Relaties opbouwen en onderhouden*

Mijn stagebegeleider scoorde mij hier hoger dan ik zelf heb gedaan, namelijk een goed. De reden dat ik mijzelf een voldoende gaf is omdat ik mijn netwerk binnen de stage niet heel groot vind. Zo heb ik geen contact met andere zorgprofessionals buiten mijn stagebegeleider om. Er is ook geen grote mogelijkheid om dit wel op te bouwen, omdat het bedrijf niet veel samen werkt met andere instanties. Het is daarom lastig voor mij dit te verbeteren, wel zal ik gedurende de stageperiode het contact met de gemaakte netwerkpartners onderhouden.

* *Een nieuw netwerk starten*

Ik scoorde mijzelf hier een onvoldoende voor, terwijl mijn stagebegeleider vond dat ik hier voldoende op scoorde. De reden dat ik mijzelf lager gaf is hetzelfde als ik hierboven beschreven heb. Ik wil deze competentie verbeteren door een actievere rol in te nemen bij de nog te komende workshops.

* *Weet netwerk juist in te zetten*

Hier geldt hetzelfde als hierboven vermeld staat. Het is voornamelijk nog niet aan de orde geweest binnen de stage. Wel maak ik gebruik van mijn netwerk op andere momenten binnen mijn school carrière, deze aanname maakte mijn stagebegeleider ook waardoor zij mij op een voldoende scoorde. Door aan mijn leerdoelen van dit kopje te werken hoop ik hier gedurende de stageperiode een verbetering in te zien.

*Leerdoel:* Gedurende de stageperiode zal ik één keer per maand praktijkervaring opdoen waarbij ik contact leg met de twee werkzame diëtisten in het bedrijf en met hun meeloop om mijn kennis en netwerk te vergroten. Door gedurende de stageperiode feedback te vragen aan de diëtisten achterhaal ik of mijn kennis groeit.

\*Gedurende de stageperiode deel ik actief mee aan het geven van workshops. Aan de hand van verzamelde feedback van mijn stagebegeleider en deelnemers van de workshop kan ik achterhalen of dit te zien is.

**Samenwerken**

* *Samewerken in een team*

De samenwerking verloopt goed. Hier zijn zowel ikzelf, mijn stagebegeleider en medestagiaire het over eens waardoor er op dit punt geen verbeterpunten zijn. Gedurende de stageperiode zal ik eraan werken om dit zo te behouden door het regelmatig vragen om feedback.

* *Aan een gezamenlijk doel werken*

Dit borduurt weer voort op het punt hierboven en geld dus hetzelfde doel voor. Zowel mijn stagebegeleider als ik zelf zijn het erover eens dat ik hier goed op scoor.

* *Verantwoordelijkheid nemen voor het eindresultaat*

Mijn stagebegeleider heeft mij hier al een goed voor gegeven. Zelf ben ik van mening dat ik voor dit punt geen goed kan krijgen tot het einde van de stageperiode want pas dan wordt het eindresultaat van mijn gehele stage zichtbaar. Wel ben ik vol op bezig met het werken naar een goed eindresultaat en neem hier dan ook de verantwoordelijkheid in.

* *Actief luisteren*

Hier scoren we mij beide een goed op. Mijn stagebegeleider, medestagiaire en ik overleggen minsten één keer per week met elkaar hoe het ervoor staat. Hierbij luister ik naar wat er gezegd wordt en geef ik feedback waardoor het concept soms wordt aangepast, aldus mijn stagebegeleider.

*Leerdoel:* Aan het eind van de stageperiode kan ik aantonen doormiddel van feedback van mijn stagebegeleider en mede stagiaire dat er gedurende de stageperiode sprake was van een prettige samenwerking en er geen sprake was van een behoedzame houding waar mijn functioneren hinder van onderving.

**Communiceren**

* *Vragen stellen*

Het stellen van de juiste vragen gaat mij altijd goed af, daarom heb ik mijzelf ook een goed gegeven. Dit laat ik blijkbaar ook zien, want ook mijn stagebegeleider is van mening dat ik goede vragen stel en dit is dan ook meerdere keren terug te vinden in het feedbackformulier.

* *Creëert een klimaat van vertrouwen en openheid*

Zowel mijn stagebegeleider als ikzelf geven mij hier een goed. Zo vindt mijn stagebegeleider dat ik een professionele houding heb waardoor een open klimaat wordt gecreëerd waarin kan worden overlegd, nagedacht en gebrainstormd. Daarnaast heb ik het gevoel dat ik altijd met ideeën mag komen en wordt er mij de kans gegeven om mee te brainstormen, dit alles wekt een open klimaat op waarbij vertrouwen op het serieus nemen van elkaars ideeën een belangrijke rol speelt.

* *Omgaan met verschillen*

Mijn stagebegeleider scoorde mij hier goed, ikzelf scoorde mij op een onvoldoende. Ik vind zelf dat er tot nu toe nog niet voldoende sprake is geweest van grote verschillende doelgroepen om mij hier een goed of voldoende voor te geven. Ik hoop gedurende het geven van de workshops dan ook met een bredere doelgroep ik aanraking te komen dat mij de kans bied dit te laten zien.

*Leerdoel:* Gedurende de stageperiode ben ik in staat een goede communicatie te onderhouden met zowel mijn stagebegeleider als medestagiaire waarbij de manier waarop gecommuniceerd wordt als prettig wordt ervaren. Dit wordt aangetoond met behulp van gekregen feedback, waarbij wordt aangegeven dat mijn manier van communiceren niet als bot werd ervaren.

\*Bij het geven van de workshops kom ik in aanraking met verschillende doelgroepen waarbij mijn communicatie naar de doelgroep toe als prettig wordt ervaren, dit meet ik aan de hand van ontvangen feedback van de deelnemers van de doelgroep.