Britt van Leeuwen de Mendonça
17009170
VD-2D

Stage afronding

Gezond (w)eten

Zie het digitale portfolio: <https://portfoliobrittvanleewendemendonca.jouwweb.nl/stage-s/gezond-w-eten>

Gedurende het schooljaar heeft er een stage plaatsgevonden bij diëtistenpraktijk Gezond (W)eten. 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. Daarop voortbordurend was er een stageplan gecreëerd bestaande uit een tussentijdse evaluatie met mijn stagebegeleider over mijn functioneren op de stageplaats en zelfreflectie. Nu dat mijn stage ten einde loopt moet de stage afgerond worden middels een zelfreflectie en feedback van mijn stagebegeleider op mijn opgestelde leerdoelen. 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 eindbeoordeling). Aan de hand hiervan heeft er een eindevaluatie plaatsgevonden met zowel mijn SLB’er, stagebegeleider als mijzelf waarin het verloop van mijn stage besproken werd. In dit gesprek met mijn SLB’er en stagebegeleider (dat uit de gekregen feedback en zelfevaluatie voortkwam) gaf mijn stagebegeleiding een toelichting, maar ook het verschil tussen de zelfevaluatie en feedback. Hieronder is per leerdoel een toelichting gegeven.

**Professioneel handelen**

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.

* Zowel mijn stagebegeleider als ik zelf zijn van mening dat ik dit leerdoel heb behaald. Mijn stagebegeleider gaf in de feedback aan dat zij van mening is dat het meelopen in de praktijk is behaald. Hier kan ik mij deels in vinden. Zo heb ik inderdaad dit deel behaald door elke stagedag in gesprek te gaan met mijn stagebegeleider en casussen die zij in de praktijk tegen kwam te bespreken en eventuele oplossingen te vinden voor punten waar zij tegen aan liep. Echter, ben ik van mening dat het bijwonen van consulten een belangrijk aspect is bij het beeld vormen van de praktijksituatie. Dit wilde ik zelf behalen door elke maand één dag aanwezig te zijn bij consulten en andere gesprekken, uiteindelijk is dit maar één keer uitgevoerd. Ik ben dan ook van mening dat in dit puntje nog verbetering zit en ik zal dit dan ook meenemen naar mijn volgende stage door op zoek te gaan naar een stage die meer kansen bied om aanwezig te zijn bij dit soort gesprekken of deze zelf uit te voeren. Op alle andere punten hebben wij dezelfde mening dat ik professioneel handelen heb laten zien en de stageopdracht naar verwachting heb uitgevoerd. Daarnaast is het onderhouden van het social media account goed verlopen en zijn zowel mijn stagebegeleider als ik tevreden, in totaal heeft zij op dit moment een stijging van ongeveer 100 volgers gekregen op Instagram.

**Managen & projectmatig werken**

Gedurende de stageperiode voer ik gemaakte afspraken naar behoren uit en lever ik deze op tijd in. Dit doe ik door mijzelf aan de gemaakte tijdsplanning te houden, waarbij ik feedback vraag aan mijn medestagiaire over mijn handelen.

* Zowel mijn stagebegeleider als ik zelf zijn van mening dat ik dit leerdoel heb behaald. We zijn beide van mening dat mijn planning er goed uit zag en dat ik mij hier over het algemeen goed aan hield. Mijn stagebegeleider vermeld nog wel dat stage en schoolzaken soms wat door elkaar liepen. Dit vind ik terecht en is dan ook een verbeterpunt voor mij. Het is belangrijk dat ik in het begin van de stageperiode mijn schoolplanning deel. Het kwam nu wel eens voor dat ik wegens een fout in mijn schoolplanning mijn stagebegeleider wat laat op de hoogte bracht van bijvoorbeeld Pressure Cooker weken en terugkomdagen terwijl ik deze vanaf het begin al had aan kunnen geven aan mijn stagebegeleider. Dit neem ik dan ook mee.

**Netwerken & verbinden**

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.

* Zowel mijn stagebegeleider als ik zelf zijn van mening dat ik dit leerdoel heb behaald. We waren beiden ook van mening dat ik bij mijn tweede workshop een actievere houding toonde dan bij de eerste en dat ik goed voorbereid was. Mijn stagebegeleider maakt daarnaast de opmerking dat zij van mening is dat workshops geven niet mijn favoriete onderdeel is, zij is hierin correct. Echter, hoopte ik dat ik dit minder liet zien dan blijkbaar het geval is. Gelukkig ziet mijn stagebegeleider ook dat ik desondanks wel enthousiast mee heb gedaan. Voor mijn volgende stage- en/of schoolworkshops hoop ik dit beter te kunnen verhullen en wanneer dit niet lukt wel enthousiast over te blijven komen.

**Samenwerken**

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.

* Zowel mijn stagebegeleider als ik zelf waren in eerste instantie van mening dat ik dit leerdoel heb behaald. Mijn stagebegeleider gaf aan dat ik vooral in de tweede helft van de stage op de voorgrond aanwezig was. Hieruit kan ik opmaken dat ik in de eerste helft nog wel behoedzamer overkwam, hier ben ik het zeker mee eens. Voor mijn verdere ontwikkeling wil ik dit sneller gaan toepassen. Persoonlijk vind ik het onverstandig om gelijk vanaf de eerste dag op de voorgrond te treden, dit kan negatief ervaren worden. Wel wil ik het op de voorgrond treden eerder bereiken dan na een halfjaar van de stage. Voor mijn volgende stage wil ik dit terugwerken naar een kwartaal en zo verder totdat ik uiteindelijk na een maand al meer op de voorgrond treedt. Of terwijl met de ontvangen feedback ben ik van mening dat ik dit leerdoel nog niet geheel behaald heb, ik heb meer tijd nodig om mijn uiteindelijke doel te bereiken. Wel is er vooruitgang te zien en zie ik hierin voor mijzelf nog groeimogelijkheden. Daarnaast zijn zowel mijn stagebegeleider, medestagiaire als ik zelf waren tevreden over de samenwerking, er hing een prettige en behulpzame werksfeer.

**Communiceren**

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. Daarnaast kom ik bij het geven van de workshops 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.

* Zowel mijn stagebegeleider als ik zelf zijn van mening dat ik dit leerdoel heb behaald. Ook mijn medestagiaire ervaart mijn communicatievaardigheden als prettig. Mijn stagebegeleider had al bij een eerdere evaluatie aangegeven dat ik een professionele houding heb waardoor een open klimaat wordt gecreëerd waarin kan worden overlegd, nagedacht en gebrainstormd. Ook is zij van mening dat wanneer ik start met dieetbegeleiding van cliënten er sprake zal zijn van veel vertrouwen mede door de rustige houding die ik uitstraalt. Dit vind ik een erg mooi compliment en ik kan niet wachten om dit in volgende stages toe te passen.