

Haal jij wel *alles* uit jezelf?

Dag-in-dag-uit leef je 't leven. Dagen worden weken en weken worden jaren. Echt ontevreden ben je niet, maar soms heb je dat vage gevoel dat je iets mist. Dat het allemaal een stuk beter zou kunnen. Dat je je gelukkiger zou willen voelen. Dat je meer uit jezelf zou kunnen halen. Vul onderstaand rapport in en geef jezelf per onderdeel een cijfer tussen 1 en 10.

- ☐ Ik wil weten wie ik echt ben, waar ik sta en wat ik het leven te bieden heb. Ik heb het gevoel dat er nog zoveel meer in mij zit.
- ☐ Ik heb een plan, boodschap of doel en wil dat graag in de wereld uitdragen, maar ik weet niet waar te beginnen.
- ☐ Ik kan me maar moeilijk ontspannen.
- ☐ Ik voel dat ik verder moet, maar weet mijn doel nog niet.
- ☐ Ik zou graag meer leuke dingen doen met vrienden.
- ☐ Ik zou me graag in mijn werk of carrière verder willen ontwikkelen of iets anders doen, maar weet niet wat en hoe.
- ☐ Ik heb het gevoel dat ik tijd te weinig heb en daardoor raak ik gestrest of begin ik er maar helemaal niet meer aan.
- ☐ Ik ben single en wil heel graag een relatie, maar het lukt me maar steeds niet.
- ☐ Ik heb een relatie en kinderen, maar ik wil meer uit mijn eigen leven halen.
- ☐ Ik reageer vaak te snel op situaties en mensen of heb gedachten dat ik het niet kan of niet goed genoeg ben.
- ☐ Ik red vaak het eind van de maand niet met mijn geld. Ik wil graag meer verdienen en me financieel vrij voelen.
- ☐ Ik zorg niet echt goed voor mezelf (eten, roken, drinken, te weinig sporten), maar slaag er maar niet in om het te doorbreken.



Jolande van Driel,
coach voor mens
en organisatie

Ben je tevreden over je rapportcijfers? Bedenk je eens hoe je je over een maand, een halfjaar, een jaar of vijf jaar zult voelen als je op deze voet doorgaat. Als dat beeld je aanstaat, is er niks aan de hand, maar als je ontevreden bent over die onvoldoendes of toch van die 6 een 8 wilt maken, onderneem dan nu actie! Neem weer de leiding over jouw leven. Jolande van Driel coacht je hier graag bij. Wil je ook weten waar jij je energie vandaan krijgt in het leven en wat voor type je bent? Doe de quick scan 'ontdek je natuurlijke leiderschapstijl' op de website www.coachhouse.nl!

Coach House

Purpose for People
OpMaat Vergaderen
Huizemaatweg 31
1273 NA Huizen
06-52214414
info@coachhouse.nl
www.coachhouse.nl
www.purposeforpeople.nl