

OPDRACHT 2

WAT IS JOUW DROOM?

Vertel eens, wat is het dat jij graag wil veranderen? Wat is nu echt jouw droom. Heb je al iets in gedachten? Het kan van alles zijn, ik heb mezelf aan het begin van het jaar een doel gesteld om iets te gaan doen waarbij ik anderen kon helpen, een stukje zingeving, zoals het helpen met jouw zoektocht naar geluk.

Ik ben erg benieuwd wat jouw wensen en doelen zijn. Maar het is nog belangrijker dat jij dit weet voordat je verder leest. Dus vertel eens, wat zijn jouw dromen of wensen? Wat is nu datgene wat jij het allerliefst zou willen?

Neem hiervoor echt even de tijd, dit is namelijk een belangrijke stap, het is dan ook niet erg om de opdracht even naast je neer te leggen en bijvoorbeeld een rondje te wandelen met de hond. Dit geeft jou namelijk de ruimte en tijd om even echt na te denken over je dromen en wensen. En denk eraan, het gaat om jouw droom, en we gaan er even vanuit dat er geen grenzen bestaan! The sky is not the limit 😊.

Mijn doelen en wensen: (wat wil je doen en/of veranderen)

Heel mooi! Weet je eigenlijk ook waarom dit jouw dromen zijn? Waarom heb jij een brandend verlangen om iets te gaan doen? Heb je daar wel eens bij stil gestaan? Als je een antwoord op deze vraag hebt mag je deze hieronder invullen.

Ik wil omdat,

Nu je weet wat je wil gaan doen en ook nog eens waarom, kun je voor jezelf ook vast gaan stellen hoe belangrijk deze doelen en wensen voor jou zijn. Hieronder heb ik meerdere lijnen voor je neergezet. Bij de eerste lijn kun je jouw doel of wens neerzetten en bij de tweede lijn maak je een schaal van 1 tot 20 of bijvoorbeeld 1 tot 100. Zo kun duidelijk aangeven hoe belangrijk een bepaalde doel of wens voor jou is.

Doel / Wens _____

Schaal: |-----|

Doel _____

Schaal: |-----|

Doel _____

Schaal: |-----|

Doel _____

Schaal: |-----|

Heel mooi, dit is jouw basis voor de rest van ons avontuur. Als je de motivatie kwijt dreigt te raken of even in de put zit gaan we terug naar deze pagina. Dit is namelijk de essentie van jouw wensen, dromen en doelen.