

WERKBLAD :

EIGENLIJK ...

Als er geen obstakels zouden zijn, dan zou ik eigenlijk ...

• Ja/Nee	Meer alleen willen zijn
• Ja/Nee	Meer willen lezen
• Ja/Nee	Meer willen sporten
• Ja/Nee	Minder willen werken
• Ja/Nee	Alleen op reis willen gaan
• Ja/Nee	Gezonder willen eten
• Ja/Nee	Vrij willen zijn van alcohol, nicotine, drugs of antidepressiva
• Ja/Nee	Vaker naar de film willen
• Ja/Nee	Vaker naar een concert willen
• Ja/Nee	Een boek willen schrijven
• Ja/Nee	Meer willen schilderen
• Ja/Nee	Willen verhuizen
• Ja/Nee	Meer tijd met mijn kinderen willen doorbrengen
• Ja/Nee	Een bepaalde opleiding willen gaan doen
• Ja/Nee	Een andere baan willen
• Ja/Nee	Het een en ander aan mijn uiterlijk willen veranderen (zo ja, wat?
• Ja/Nee	Een bepaalde hobby (.....) willen gaan uitoefenen
• Ja/Nee	Meer zeggen wat ik denk en wil
• Ja/Nee	Meer willen daten of actiever op zoek willen gaan naar een partner
• Ja/Nee	Vaker naar feestjes willen gaan
• Ja/Nee	Huisdieren (soort: ...) willen hebben

- | | |
|----------|--|
| • Ja/Nee | Een nieuwe garderobe willen aanschaffen |
| • Ja/Nee | Meer 1 op 1 met mijn partner samen willen zijn |
| • Ja/Nee | Meer in de natuur willen zijn |
| • Ja/Nee | Vaker een weekendje weg willen |
| • Ja/Nee | Meer rust en stilte in m'n leven willen ervaren |
| • Ja/Nee | Meer met bepaalde vrienden willen afspreken |
| • Ja/Nee | Meer met geloof/spiritualiteit bezig willen zijn |
| • Ja/Nee | Het liefste lekker niets doen |
| • Ja/Nee | Meer naar muziek willen luisteren |
| • Ja/Nee | Meer bezig zijn met muziek maken |
| • Ja/Nee | Nieuwe vrienden willen maken |
| • Ja/Nee | De banden met mijn familie willen versterken |
| • Ja/Nee | Juist minder contact hebben met mijn familie |
| • Ja/Nee | Mijn huis totaal anders inrichten |
| • Ja/Nee | Vaker lekker willen koken |
| • Ja/Nee | Iets leuks voor mezelf kopen |

Gebaseerd op Time to ACT! Boek van Jansen, G. & Batink, T. (2014)

WWW.LERENREVALIDEREN.NL