

# VOORBEREIDING



**Wat is je doel voor de komende 3 maanden?** (Wees zo concreet mogelijk! Wat wil je bereiken, hoeveel, wanneer? Denk realistisch, maar ook een beetje uitdagend.)

**Waarom wil je dit doel bereiken?** (Wat gaat het je allemaal opleveren als je dit doel hebt bereikt?)

**Wat heb jij nodig om je doel te gaan bereiken?** (Niet alleen van mij, maar vooral ook van jezelf? Wat moet jij minimaal gaan doen?)

**Wat zijn jouw valkuilen?** (Lastige situaties, negatieve gedachten, tijdsplanning, waarom lukt het nu niet?)