

1. Mijn hulpbronnen zijn:  
(competentie, kwaliteit, eigenschap, persoon, hobby, helpende gedachte)

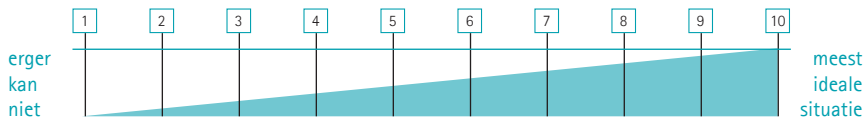
---

---

---

---

2. Op een schaal van 1 tot 10 past de huidige situatie voor mij het beste bij een ..... (kruis aan)



3. Wat maakt dat je dat cijfer gekozen hebt?  
Welke ingrediënten horen er bij dat cijfer in vergelijking met de laagste positie?  
Welke ingrediënten horen er bij dat cijfer in vergelijking met één positie lager?

---

---

---

---

4. Hoe zou voor jou een 10 eruitzien?  
Welke ingrediënten horen er bij dat doel?  
Hoe ziet dat doel eruit?  
Wat doe jij, wat doen de kinderen, wat doen anderen?

---

---

---

---

5. Ik zou tevreden zijn als ik een ... zou halen.

6. Wat maakt dat je tevreden zou zijn met dat cijfer?  
Welke ingrediënten horen er bij dat doel?  
Hoe ziet dat doel eruit?  
Wat doe jij, wat doen de kinderen, wat doen anderen?

---

---

---

---

7. Hoe zou het eerste stapje richting het doel waarbij je tevreden bent eruitzien?  
Welke ingrediënten horen er bij dat stapje?  
Hoe ziet dat stapje eruit?  
Wat doe jij, wat doen de kinderen, wat doen anderen?

---

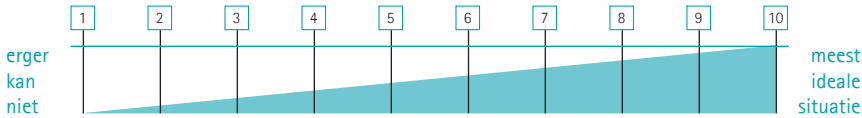
---

---

---

## Evaluatie

1. Op een schaal van 1 tot 10 past de huidige situatie voor mij het beste bij een ..... (kruis aan)



2. Wat maakt dat je dat cijfer gekozen hebt?  
Welke ingrediënten horen er bij dat cijfer in vergelijking met één klein stapje lager?  
Welke ingrediënten horen er bij dat cijfer in vergelijking met één klein stapje hoger?

---

---

---

---

3. Hoe zou het volgende stapje richting het doel waarbij je tevreden bent eruitzien?  
Welke ingrediënten horen er bij dat stapje?  
Hoe ziet dat stapje eruit?  
Wat zou je nog meer kunnen doen van wat werkt?  
Wat doe jij, wat doen de kinderen, wat doen anderen?

---

---

---

---