

Hoe gaat het met me?

Dit gaat goed

Dit zou ik beter willen

Wat wil ik?

Wat is belangrijk voor mij, waar wil ik nu aan werken?

Wat kan ik doen?

Welke keuzes heb ik om mijn situatie te verbeteren?

Wat ga ik doen?

Welke stappen ga ik zetten?

Welke hulp heb ik nodig en van wie?

Wat houdt mij mogelijk tegen?

Wat zijn belemmeringen en knelpunten voor mij?

Heb ik gedaan wat ik bedacht had?

JA! Welk gevoel da je hierbij?

Nee. Wat is de reden dat het niet lukte?