

Eigenlijk-lijst

Deze lijst helpt je om wat je belangrijk vindt op de voorgrond te krijgen. Hierdoor word je minder afgeleid door gedachten en gevoelens die je ook hebt, maar die voor jou minder van belang zijn. Soms is wat je belangrijk vindt op de achtergrond geraakt, of voel je je onzeker om op te komen voor wat je werkelijk raakt. Ook kan het zijn dat je iets teveel rekening houdt met wat anderen vinden of verwachten. In deze vragenlijst gaat het uitsluitend over wat voor jou werkelijk belangrijk is. De rest doet er even niet toe. Probeer je los te maken van wat niet echt bij jou hoort en ontdek wat voor jou per onderwerp echt van belang is. Hou het eenvoudig.



Vul de onderstaande zinnen aan.

Voorbeeld: "Eigenlijk ben ik vooral iemand die strijdbaar word als ik onrecht tegenkom".

Denk ook aan zinnen zoals: "Eigenlijk zou ik/ weet ik/ voel ik/ wil ik/ gaat het er bij mij om dat ...enz.

Over jouw vaardigheden/capaciteiten:

- Eigenlijk
- Eigenlijk
- Eigenlijk

Over jouw interesses:

- Eigenlijk
- Eigenlijk
- Eigenlijk

Over jezelf:

- Eigenlijk
- Eigenlijk
- Eigenlijk

Over jouw toekomst:

- Eigenlijk
- Eigenlijk
- Eigenlijk

Over het nemen van een beslissing met betrekking tot jouw studiekeuze/toekomst:

- Eigenlijk
- Eigenlijk
- Eigenlijk