


Oefening: Levenskompas

<p>Werk</p> <input data-bbox="454 474 518 542" type="checkbox"/> <input data-bbox="454 660 518 728" type="checkbox"/>	<p>Vrije tijd</p> <input data-bbox="957 474 1021 542" type="checkbox"/> <input data-bbox="957 660 1021 728" type="checkbox"/>	<p>Intieme relaties</p> <input data-bbox="1460 474 1524 542" type="checkbox"/> <input data-bbox="1460 660 1524 728" type="checkbox"/>	
<p>Sociale relaties</p> <input data-bbox="454 826 518 893" type="checkbox"/> <input data-bbox="454 1012 518 1079" type="checkbox"/>		<p>Familie</p> <input data-bbox="1460 826 1524 893" type="checkbox"/> <input data-bbox="1460 1012 1524 1079" type="checkbox"/>	
<p>Gemeenschap</p> <input data-bbox="454 1178 518 1245" type="checkbox"/> <input data-bbox="454 1364 518 1431" type="checkbox"/>		<p>Ouderschap</p> <input data-bbox="1460 1178 1524 1245" type="checkbox"/> <input data-bbox="1460 1364 1524 1431" type="checkbox"/>	
<p>Gezondheid</p> <input data-bbox="454 1529 518 1597" type="checkbox"/> <input data-bbox="454 1715 518 1783" type="checkbox"/>		<p>Persoonlijke groei</p> <input data-bbox="957 1529 1021 1597" type="checkbox"/> <input data-bbox="957 1715 1021 1783" type="checkbox"/>	<p>Spiritualiteit</p> <input data-bbox="1460 1529 1524 1597" type="checkbox"/> <input data-bbox="1460 1715 1524 1783" type="checkbox"/>

Schrijf per levensgebied op, wat hierbinnen uw belangrijkste waarden zijn. Beoordeel vervolgens hoe belangrijk dit gebied voor u is, en zet dit in de rechterbovenhoek van het levensgebied (1-10). Bedenk vervolgens, hoeveel energie / tijd u daadwerkelijk in dit levensgebied stopt en zet dit in de rechteronderhoek (1-10). De levensgebieden waar de twee scores verschillen, behoeven uw aandacht.

