



Stel je voor dat de bovenstaande cirkel vergelijkbaar is met een langere periode uit jouw leven. Elk levensgebied zou vervuld kunnen worden tot 100%.

1. Kleur iedere taartpunt in naar de mate van voldoening en tevredenheid die je hebt op het betreffende gebied.
Vul zo alle taartpunten van de cirkel in.
2. Welk gebied kan de komende tijd wat meer aandacht gebruiken?
3. Wat is de reden dat je aan dit gebied te weinig aandacht (hebt) besteedt of dat je er weinig voldoening uit haalt?
4. Wat zou je meer of minder kunnen doen om de gebieden die te weinig voldoening geven te verbeteren?

