



## Terugkijken

Een paar zinnen over jouw afgelopen jaar

**De beste beslissing die ik heb genomen.**

Welke behoeften werden hierdoor vervuld?

**De grootste les die ik heb geleerd**

Welke behoeften werden hierdoor vervuld?

**De grootste verrassing afgelopen jaar**

Welke behoeften werden hierdoor vervuld?

**Wat heb je niet kunnen verwezenlijken?**

Welke behoeften werden hierdoor niet vervuld?

**Waarop ben je het meest trots?**

Welke behoeften werden hierdoor vervuld?





## Voornemens

Drie zinnen voor komend jaar

**Ik zal dit jaar niet uitstellen...**

Welke behoeften worden hierdoor vervuld?

Wat kan een liefdevolle reminder zijn om je hieraan te herinneren?

**De meeste energie krijg ik dit jaar van...**

Welke behoeften worden hierdoor vervuld?

Hoe ga je dit vorm geven?

**Ik adviseer mezelf om dit jaar...**

Welke behoeften worden hierdoor vervuld?

Wat ondersteunt je om je hierna te herinneren?





## Magische drie-eenheden voor komend jaar

**Met deze drie dingen ga ik mijn omgeving gezellig maken**

Welke behoeften worden hierdoor vervuld?

**Drie dingen die ik elke morgen ga doen.**

Welke behoeften worden hierdoor vervuld?

**Drie manieren waarop ik de banden met de mensen die ik liefheb aanhaal of bestendig.**

Welke behoeften worden hierdoor vervuld?

**Wat ondersteunt je om je hierna te herinneren?**

