

Schaal van _____

op het gebied van _____

1. Waar sta je nu op de schaal van nul tot tien? (Geef het aan op de schaal)

2. Wat doe je allemaal al om te komen waar je nu bent? Wat zit er tussen nul en waar je nu al staat?

3. Wat is je gewenste situatie? Welk cijfer zou jij jezelf willen geven? (Geef het aan op de schaal)

4. Wat zou je kunnen doen om daar terecht te komen?

