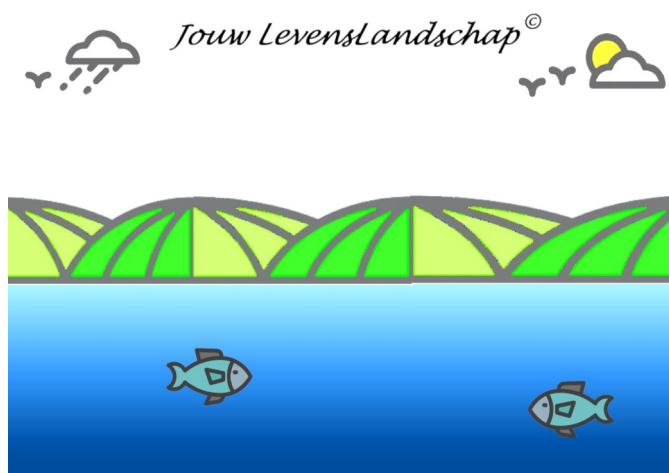




Ben je benieuwd hoe het landschap van jouw leven eruit ziet?

Na jaren van ontwikkeling en testen in onze coachingspraktijk heeft Perspectiefinzicht deze handige tool ontwikkeld. De Scan LevensLandschap © helpt je om beter inzicht te krijgen in de actuele beleving van de negen levensthema's en geeft zo een visueel overzicht van je leven op dit moment. Dit zelf ontdekte inzicht heeft vaak een grote impact en opent nieuwe perspectieven.



De coach/counsellor van Perspectiefinzicht kan je helpen na te denken over deze thema's, de betekenis te doorgronden en hun onderlinge verband in jouw leven. Dit inzicht helpt om tot echte oplossingen te komen als je worstelt met vragen over je leven.

Negen thema's om over na te denken

- Het doel is om voor jezelf te bepalen wat jouw waardering is voor elk thema.
- Je hoeft je niet te spiegelen aan een maatschappelijke norm.
- Het gaat alleen om je eigen gevoel, je eigen tevredenheid.

Om een eerste indruk te krijgen kan je op de volgende bladzijde al eens de scores geven aan elk van de 9 levensthema's.

Geef deze thema's een score voor jouw leven op dit moment:

cijfer
0 – 10

Werk

In hoeverre ben je tevreden over je studie / werk (betaald of onbetaald)?

→

Financiën

Ben je tevreden met je inkomsten?

→

Wonen

Wat voor beoordeling geef je aan je woonsituatie?

→

Sociale contacten

Hoe is je kring van vrienden en familie en heb je voldoende contact?

→

Ontspanning

Heb je voldoende tijd en mogelijkheden voor ontspanning en plezier?

→

Liefde

Ben je tevreden over de liefde, romantiek en je gezin in je leven?

→

Groei

Is persoonlijke groei een punt voor jou om aan te werken?

→

Gezondheid

Hoe fysiek en mentaal gezond en vitaal ben je? Zou je dit willen verbeteren?

→

Zingeving

Voel je je OK over het nut van je leven, je bijdrage aan de wereld?

→

Dit zijn de negen thema's van jouw LevensLandschap met de score van jouw gevoel over de huidige situatie.

Wil je eens dieper over nadenken over de verschillende thema's en wat deze betekenen voor [Jouw LevensLandschap](#) nu en naar de toekomst toe?

Neem dan contact op met [Jacqueline Hanssen, coach/counsellor](#)