

Moments of Truth Life Assessment

Het doel van dit korte assessment is om naar het grotere plaatje van jouw leven te kijken. Om te identificeren op welke gebieden er nog groei mogelijk is. Het is een moment van zelfreflectie om vraagt om eerlijk te zijn. Als je nu voelt dat een bepaald levensthema een 5 is dan is dat zo voor jou NU. Als je niet blij bent met je antwoorden, zie het dan als een uitnodiging om te groeien. Je kunt vanuit dit assessment aan de slag met je doelen voor 2019 of zelfs jouw Plan de Vida uitwerken. Wees geduldig, consistent en werk vooral vanuit jouw Why.

Levensthema's score 1=voelt/is niet ok 10 = voelt /is geweldig

Fysieke gezondheid

Mentale/emotionele gezondheid 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Huwelijk of andere relatie 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Familie	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Sociale/Vriendschapsrelaties(collega's)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ontspanning/ plezier /avontuur 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Financieel	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Business /werk	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Persoonlijke groei en ontwikkeling 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Spirituele groei 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10