

ONLINE WORKSHOP

EINDELIJK KIEZEN

Werkblad

Stop met wikken en wegen
Maak je keuze



JOUW STARTPUNT

Met welke keuze ga je deze workshop in?

Kies één concrete keuze waar je op dit moment over twijfelt. Je hoeft hem nog niet op te lossen. Schrijf alleen op waar je nu staat.

De keuze waar ik over twijfel is:

.....

.....

.....

.....

.....

Waarom heb je deze keuze nog niet gemaakt?

.....

.....

.....

.....

.....

Waar twijfel je precies over?

.....

.....

.....

.....

.....

Wat zou je nog moeten weten of voelen voordat je wél zou kunnen kiezen?

.....

.....

.....

.....

.....

WAT DOE JE ALS JE TWIJFELT?

Wat gebeurt er als je er niet uitkomt?

Schrijf op wat je bij jezelf herkent. Je hoeft er niet te lang over na te denken.

Wat doe jij meestal wanneer je niet zeker weet wat je moet kiezen?
Denk bijvoorbeeld aan wat je uitzoekt, overdenkt, uitstelt, controleert, bespreekt of aan anderen vraagt.

.....

.....

.....

.....

.....

Wat hoop je dat dit je oplevert?

.....

.....

.....

.....

.....

Helpt het je uiteindelijk om te kiezen? Wat gebeurt er meestal?

.....

.....

.....

.....

.....

EEN STAP VERDER

Stel dat je dit niet meer kon doen...

Kijk nog eens naar wat je op de vorige pagina hebt opgeschreven. Stel je nu eens voor dat je daar niet op terug kon vallen.

Stel dat je niet langer kon blijven nadenken, uitzoeken, controleren, uitstellen of bevestiging vragen. Wat zou er dan gebeuren?

.....

.....

.....

.....

.....

Wat zou je dan moeten doen?

.....

.....

.....

.....

.....

En wat maakt dát spannend of ongemakkelijk?

.....

.....

.....

.....

.....

ALS JE WEL Kiest

En als je die keuze gewoon maakt?

Stel je voor dat je niet langer wacht tot je het helemaal zeker weet, maar daadwerkelijk een keuze maakt.

Wat zou er kunnen gebeuren als je kiest zonder vooraf zeker te weten dat het de juiste keuze is?

.....

.....

.....

.....

.....

Wat daarvan zou je het liefst willen voorkomen?

.....

.....

.....

.....

.....

En als precies dát zou gebeuren, wat zou dat voor jou betekenen?

.....

.....

.....

.....

.....

KIJK NOG EENS

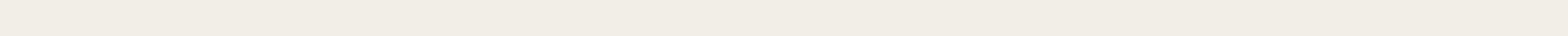
Wat valt je nu op?

Kijk nog eens naar wat je eerder hebt opgeschreven over wat je doet wanneer je twijfelt en naar wat je het liefst wilt voorkomen.

Als je nu opnieuw kijkt naar wat je doet wanneer je twijfelt: wat probeer je daarmee voor jezelf te voorkomen?

This image shows a blank sheet of white paper with five horizontal dotted lines, typical of primary-ruled notebook paper. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.

Wat heeft dat te maken met waarom je maar niet tot een keuze komt?



Wat zie je nu wat je aan het begin van deze workshop nog niet zag?

This image shows a full page of white paper with horizontal dotted lines, typical of primary-ruled notebook paper. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings present.