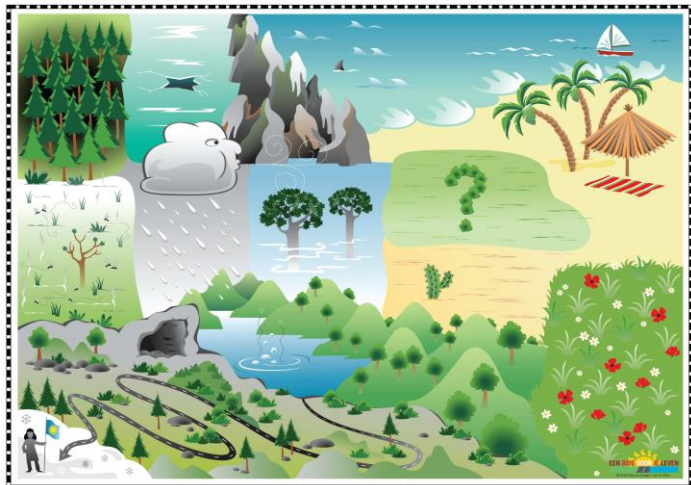


## Self-assessment rondom de coachvraag

Met deze oefening ga je straks letterlijk in kaart brengen waar jij staat in relatie tot je coachvraag en welke stappen je wilt maken. Je gaat tijdens onze eerste sessie je eigen poster maken (zie het voorbeeld hieronder).

Beantwoord voor jezelf, als voorbereiding, de volgende vragen:

1. Welke uitdaging wil je aangaan?
2. Wat is jouw valkuil denk je?
3. Wat ga je uit de weg?
4. Waar ben je al tevreden over?
5. Wat is jouw belangrijkste vraag?
6. Wat staat je tegen?
7. Wat wil je begrijpen?
8. Wat is je te veel?
9. Wat maakt je onzeker?
10. Wanneer trek jij je terug?
11. Hoe goed kun jij luisteren?
12. Wat wil je leren?
13. Wat motiveert jou?
14. Waar word je vrolijk van?



De (korte) antwoorden noteer je, tijdens de sessie, op een sticker op het voor jou kloppende plekje in het landschap. Door deze vragen te beantwoorden komt een denkproces op gang en krijg jij je leerdoelen en thema's (nog) helderder.

### **N.B.: Alle vragen gaan steeds over jouw coachvraag.**

Blijf bij het beantwoorden bij het onderwerp van jouw coachvraag. Bij wijze van spreken kan je achter elke vraag de woorden 'als het gaat om mijn coachvraag' plakken. Wees bij het beantwoorden zo eerlijk mogelijk naar jezelf.