

Obstakels opsporen

Wat houd je tegen om nu al het doel te hebben?

Hoe houd je jezelf tegen?

Hoe weet je dat dit een probleem is?

Wat doe je in plaats van wat je wilt doen?

Wat zeg je tegen jezelf, welke interne beelden zie je?

Trigger/stimulans

Hoe weet je dat je dit probleem hebt?

Wat is de aanzet tot dit probleem?

Wat zie je of hoor je niet voor het probleem begint?

Ecologie

Hoe trek jij voordeel uit dit probleem of obstakel?

Wat zal er gebeuren als je je doel bereikt?

Wat zal er gebeuren als je je doel niet bereikt?

Wat zal er niet gebeuren als je je doel bereikt?

Wat zal er niet gebeuren als je je doel niet bereikt?