

# Werkblad: Mindset & De Hero's Journey – Jouw Reis naar Succes

## Inleiding

Mindset bepaalt voor ongeveer 80% het resultaat van wat je doet. Het is de kracht achter leiderschap, succes en persoonlijke groei. Deze reis noemen we jouw Hero's Journey: het proces van bewust worden, uitdagingen aangaan en stap voor stap je doelen bereiken.

## Deel 1: Jouw “What's in it for me?” – Het Begin van de Reis

Vraag: Wat wil jij écht bereiken? Schrijf hieronder jouw belangrijkste doel op en waarom het belangrijk voor je is.

Waarom is dit doel belangrijk voor jou? Wat levert het je op?

Hoe voelt het of denk je te voelen, als je dit doel bereikt hebt?

## **Deel 2: Identificeer je oppositors en tekortkomingen**

Welke dingen houden jou tegen om je doel te bereiken? (bijv. angsten, gewoonten, omstandigheden)

Welke interne of externe 'tegenstanders' kom je tegen?

Hoe beïnvloeden deze je mindset en acties?

### **Deel 3: Waarom heb je het nog niet bereikt?**

Welke patronen of keuzes uit het verleden hebben je tegengehouden?

Welke excuses of overtuigingen gebruikte je om niet te veranderen?

Wat heb je tot nu toe geleerd van deze ervaringen?

### **Deel 4: Maak je actieplan – De Roadmap van de Hero**

Welke concrete stappen ga je zetten om je doel te bereiken?

- 1.
- 2.
- 3.

Welke gewoonten of routines ga je ontwikkelen?

Hoe ga je omgaan met tegenslagen en motivatieverlies?

Hoe en wanneer ga je je voortgang meten?

## **Deel 5: Reflectie – Wilskracht en Vastberadenheid**

Beschrijf een moment waarop je doorzette ondanks moeilijkheden. Wat hielp je om vol te houden?

Hoe kun je deze ervaring gebruiken om je mindset sterker te maken?

## **Deel 6: Visualiseer je succes en vier je overwinningen**

Hoe ziet het eruit als je jouw Hero's Journey succesvol afrondt?

Hoe ga je je successen vieren, ook de kleine mijlpalen?

Welke positieve veranderingen verwacht je in jezelf en je omgeving?

## **Afsluitende motivatie**

Mindset is een vaardigheid die je ontwikkelt door ervaring, actie en reflectie. Begin vandaag met jouw Hero's Journey, meet je voortgang, leer van uitdagingen en vier elke stap vooruit. Zo bouw je aan een leven met richting, voldoening en succes.