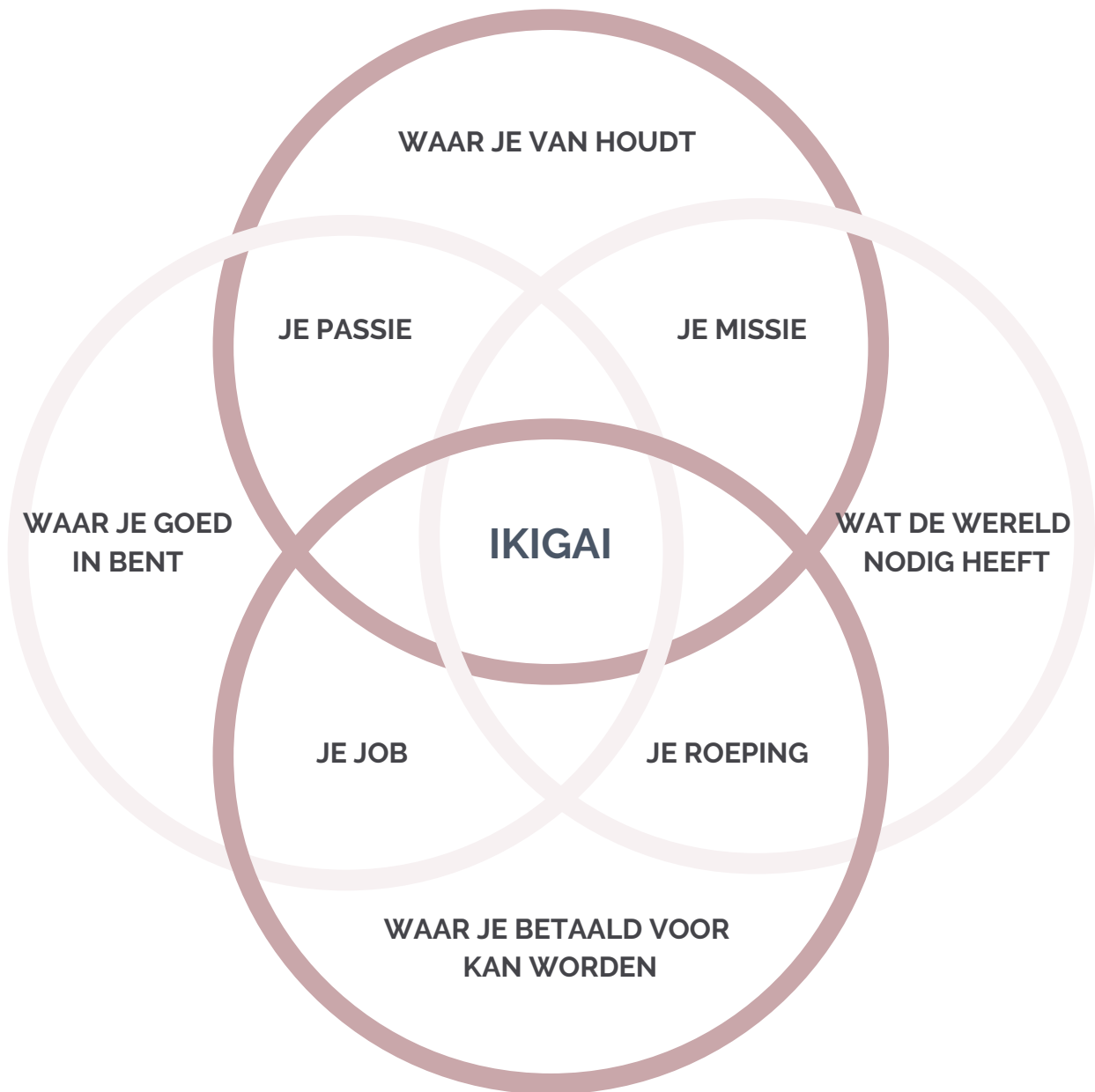


Vind jouw IKIGAI

IKIGAI = reden van bestaan

Gebruik onderstaand schema om je IKIGAI te ontdekken.



Verrukking
en volheid,
maar geen
rijkdom

Opwinding en
zelfgenoegzaamheid
maar gevoel van
onzekerheid

Comfortabel, maar
gevoel van leegte

Tevredenheid, maar
gevoel van
nutteloosheid

BRAINSTORMEN ROND JOUW IKIGAI

Hieronder staan enkele vragen die je kunnen helpen bij je zoektocht naar je IKIGAI. Als je het moeilijk hebt, kan het nuttig zijn om een vriend of familielid die je vertrouwt te vragen wat zij denken. Soms is het moeilijk om onze eigen sterke punten te zien en de waarde die we aan de wereld toevoegen.

- Wat houd je bezig?
- Welke talenten heb je die je verder zou kunnen ontwikkelen?
- Wat deed je graag als 8-jarige?
- Als je iets zou kunnen zijn of doen wat zou dat dan zijn?
- Wat doet je de wereld om je heen vergeten?
- Welke onderwerpen liggen je nauw aan het hart?

Waar je van houdt

Wat de wereld nodig heeft

Waar je betaald voor kan worden

Waar je goed in bent