



Yesss! Nu komt het tweede  
deel van de module.  
Let's get started!

# 3: Focus aanbrengen

The background features a soft, abstract watercolor-style gradient. It transitions from a light lavender and purple on the left side to a bright, clear blue on the right side. The colors are blended together with soft, irregular edges, creating a dreamy and artistic atmosphere.



Stappenplan,  
waarmee duidelijk wordt wat je  
allemaal te doen staat



Je kan er ook een actielijst van maken. Welke stap moet ik wanneer doen?



Stel ook subdoelen  
binnen je actielijst.



Blijf de focus houden op dat  
doel, op hetgeen wat je wil  
bereiken



Laat die belemmerende  
overtuigingen je niet afleiden  
van je focus



# 4: Volhouden



# Breng prioriteiten aan!

	Dringend	Niet dringend
Belangrijk	Hoogste prioriteit, meteen uitvoeren	Tijd inplannen. Niet te lang uitstellen
Onbelangrijk	Delegeren of tussendoor doen	Geen prioriteit, bewaren voor rustig moment



Houd je acties klein  
en behapbaar.  
Geef en gun jezelf de tijd!

Gewoontes hebben herhaling,  
kleine stappen en meer dan 21  
dagen nodig.



Gun jezelf die beloning  
tussendoor!



Nieuwe gewoontes hebben  
meer dan 3 weken nodig.  
Demotiveer jezelf niet, maar  
zet door!