

## Leef je in lijn met je dromen? Doe de test!

In de drukte van alledag is het gemakkelijk om onze dromen en ambities uit het oog te verliezen. We rennen van hot naar her, focussen op deadlines en to-do-lijstjes, en vergeten soms stil te staan bij wat écht belangrijk voor ons is.

Deze test helpt je om te bepalen of je leeft in lijn met je visie en dromen. Door je antwoorden te analyseren, krijg je inzicht in je huidige staat van zijn en waar je stappen kunt zetten om je dromen dichterbij te brengen.

Waarom is het belangrijk om in lijn te leven met je dromen?

**Leven in lijn met je visie** betekent dat je **bewust kiest voor acties en beslissingen die je dichterbij je dromen en doelen brengen**. Je hebt een helder beeld van wat je wilt bereiken in het leven en je zet je met passie en toewijding in om dat te realiseren.

Dit brengt tal van voordelen met zich mee:

- **Meer geluk en voldoening:** Je doet dingen die je leuk vindt en die je energie geven. Je ervaart zingeving en je voelt je tevreden met je leven.
- **Grotere successen:** Je focus en gerichte acties leiden tot betere resultaten. Je creëert een magnetische aantrekkingskracht die je dichterbij je doelen brengt.
- **Meer zelfvertrouwen:** Door je dromen na te jagen en successen te behalen, groeit je zelfvertrouwen. Je gelooft meer in jezelf en je eigen capaciteiten.
- **Een authentiek leven:** Je leeft vanuit je ware zelf en je straalt dat uit. Je bent in balans met je waarden en overtuigingen.
- **Sterkere relaties:** Je bent open en eerlijk in je communicatie en je trekt mensen aan die je waarden en dromen delen.

**Niet leven in lijn met je visie** daarentegen, kan leiden tot:

- **Ontevredenheid en frustratie:** Je doet dingen die je niet leuk vindt of die je geen voldoening geven. Je ervaart een knagend gevoel dat er meer in het leven zit.
- **Gebrek aan succes:** Je acties zijn niet gericht op je doelen, waardoor je minder succesvol bent. Je mist kansen die je dichterbij je dromen kunnen brengen.
- **Laag zelfvertrouwen:** Tegenslag en falen kunnen leiden tot een negatief zelfbeeld. Je twijfelt aan je eigen capaciteiten en je geeft sneller op.
- **Gevoel van niet authentiek zijn:** Je leeft niet vanuit je ware zelf, wat kan leiden tot innerlijke conflicten en een gevoel van leegte.
- **Oppervlakkige relaties:** Je mist diepgang in je relaties omdat je je ware zelf niet volledig deelt met anderen.

Het verschil tussen leven in lijn met je visie en niet leven in lijn met je visie is te ervaren op verschillende niveaus:

- **Emotioneel:** Je ervaart meer plezier, voldoening en motivatie wanneer je leeft in lijn met je visie. Ontevredenheid, frustratie en angst zijn daarentegen kenmerkend voor een leven zonder duidelijke richting.
- **Mentaal:** Je hebt een heldere focus en je bent gedreven wanneer je je dromen nastreeft. Leef je niet in lijn met je visie, dan ervaar je wellicht verwarring, twijfel en een gebrek aan motivatie.
- **Fysiek:** Je hebt meer energie en je voelt je vitaler wanneer je leeft in lijn met je visie. Stress, spanning en uitputting kunnen daarentegen symptomen zijn dat je niet op het juiste pad zit.

Wil je een leven leiden vol geluk, voldoening en succes? Dan is het belangrijk om te leren leven in lijn met je visie. Investeer tijd in het helder formuleren van je dromen en doelen, en zet stappen om ze te realiseren. De reis is er eentje van continue groei en ontwikkeling, maar de beloningen zijn enorm.

## De test:

Beantwoord de volgende 20 vragen met 'ja' of 'nee'.

1. Heb je een heldere visie over wat je wilt bereiken in je leven?
2. Weet je wat je passies en talenten zijn?
3. Stel je regelmatig doelen die je dichterbij je dromen brengen?
4. Neem je actief stappen om je doelen te bereiken?
5. Ervaar je obstakels en tegenslag als kansen om te groeien?
6. Ben je bereid om risico's te nemen om je dromen te realiseren?
7. Laat je je niet ontmoedigen door negatieve stemmetjes in je hoofd?
8. Omring je jezelf met mensen die je dromen en ambities steunen?
9. Vier je je successen, hoe klein ze ook lijken?
10. Ben je dankbaar voor wat je hebt en de kansen die je krijgt?
11. Vervul je werk je met voldoening en energie?
12. Heb je het gevoel dat je je talenten en vaardigheden volledig benut?
13. Draag je bij aan iets groeters dan jezelf?
14. Voel je je 's morgens met enthousiasme en motivatie om naar je werk te gaan?
15. Heb je een gezonde werk-privébalans?
16. Maak je tijd voor de dingen die belangrijk voor je zijn, zoals familie, vrienden en hobby's?
17. Zorg je goed voor jezelf, zowel fysiek als mentaal?
18. Leer je voortdurend nieuwe dingen en ontwikkel je jezelf?
19. Ben je open voor nieuwe kansen en uitdagingen?
20. Heb je het gevoel dat je leeft in overeenstemming met je waarden en overtuigingen?

## Beoordeling:

16-20 'ja': Gefeliciteerd! Je leeft al aardig in lijn met je dromen. Blijf gemotiveerd en zet stappen om je dromen te realiseren! Met 16 tot 20 'ja'-antwoorden ben je goed op weg om je dromen te realiseren. Je hebt een heldere visie van wat je wilt bereiken, je bent gemotiveerd om actie te ondernemen en je laat je niet ontmoedigen door tegenslag. Je omringt jezelf met positieve mensen en je viert je successen.

11-15 'ja': Je bent op de goede weg, maar er is ruimte voor verbetering. Stel concrete doelen en zoek ondersteuning om je dromen te bereiken. Je hebt een idee van wat je wilt bereiken, maar je hebt wellicht nog geen concrete stappen gezet om je dromen te realiseren. Je ervaart soms twijfels of tegenslag demotiveert je.

6-10 'ja': Tijd om actie te ondernemen! Herontdek je dromen, stel kleine doelen en begin met de eerste stap. Met 6 tot 10 'ja'-antwoorden ben je wellicht wat uit het oog verloren van wat je dromen zijn. Je bent misschien niet tevreden met je huidige situatie, maar je weet niet goed wat je wilt veranderen. Je ervaart mogelijk veel stress en je hebt weinig energie.

0-5 'ja': Maak tijd voor reflectie. Wat wil je écht? Zoek inspiratie en begin met kleine stappen om je dromen te realiseren. Met 0 tot 5 'ja'-antwoorden zit je wellicht in een fase waarin je dromen wat naar de achtergrond zijn verdwenen. Misschien voel je je ontevreden met je huidige situatie, maar weet je niet goed waar je naartoe wilt. Of ervaar je veel stress en heb je weinig energie om je dromen na te jagen.

Onthoud: Dromen najagen is een reis, geen eindbestemming. Geniet van de reis, leer van tegenslag en vier je successen!