

E-book Kwartaal Review





WAT GA JE IN DIT E-BOOK DOEN?

We staan aan de start van een nieuw kwartaal. Een mooi moment voor een terugblik op hoe het eerste kwartaal van dit jaar is geweest en een blik te werpen op het aankomende kwartaal.

In dit e-book laat ik je door middel van verschillende opdrachten terugblikken op hoe de eerste 3 maanden van dit jaar voor je waren. Op zakelijk maar ook op privé vlak.

Nadat je dit gedaan hebt ga je aan de slag met het bepalen van je doelen voor komende 3 maanden. Met als resultaat dat je weet waar je je op wilt gaan richten.

Ik wens je heel veel plezier bij het doen van de opdrachten!

Marlène May

INHOUDSOPGAVE

03 Terugblik op Q1

05 Financiële
Terugblik

06 Wheel of Life

10 Doelen Q2

DEEL 1: TERUGBLIK OP Q1

- Denk eens na over het afgelopen kwartaal en beschrijf waar je het meest blij van werd. Aan welke zaken denk je dan als eerste?
- Beschrijf welke successen je hebt behaald in het afgelopen kwartaal.
- Pak je agenda/facturen erbij en kijk wat je inhoudelijk gedaan hebt. Beschrijf dan de top 5 werkzaamheden die je het allerleukste vond om te doen.
- Beschrijf welke zaken je aankomend kwartaal liever niet meer wilt doen.





“

VIER JE SUCCESSEN!

Soms gaan we voorbij aan onze successen. Zonde! Dus zet ze op een rijtje en vier ze!

Ga bijvoorbeeld iets doen dat je héél erg leuk vindt, koop een cadeautje voor jezelf, open een fles champagne of ga lekker uit eten.

FINANCIËLE TERUGBLIK AFGELOPEN KWARTAAL



- Welke doelen had je voor jezelf op het gebied van je omzet, kosten & winst.
- Wat waren je daadwerkelijke resultaten? En hoe verhouden deze zich tot je doelen?
- Wat vind je van deze resultaten en waarom?
- Als je naar deze resultaten kijkt t.o.v. je doelen, wat zijn dan je doelen voor de komende 3 maanden?

A woman with long brown hair, wearing a beige sweater and black leggings, is sitting on a white sofa. She is looking down at a notebook she is holding in her hands, and she appears to be writing. The background is a plain white wall.

WHEEL OF LIFE

Het levenswiel, van oorsprong afkomstig uit het Tibetaans boeddhisme, is een heel mooie tool om met regelmaat in te vullen en zo stil te staan bij hoe je jouw huidige leven beoordeelt en hoe je daarop in het volgende kwartaal wilt gaan anticiperen.

TOELICHTING ONDERDELEN WHEEL OF LIFE

In het levenswiel, dat je op de volgende pagina kunt invullen, beoordeel je jouw huidige leven op de volgende 8 onderdelen:

Business: Hoe tevreden ben je op dit moment over je zakelijke resultaten en wat je inhoudelijk doet?

Geld: Welk cijfer geef je aan hoe je er financieel voor staat? Kan je goed rondkomen, kan je financieel doen wat je wilt doen?

Toevoeging: Hoe tevreden ben je over je bijdrage aan de maatschappij en/of de mensen om je heen?

Vrienden & Familie: Hoe tevreden ben je met de menselijke relaties in je leven?

Relatie/Partner: Hoe tevreden ben je met je relatie/jouw relatiestatus?

Zingeving: Welk cijfer geef je de mate waarin je bezig bent met zingeving?

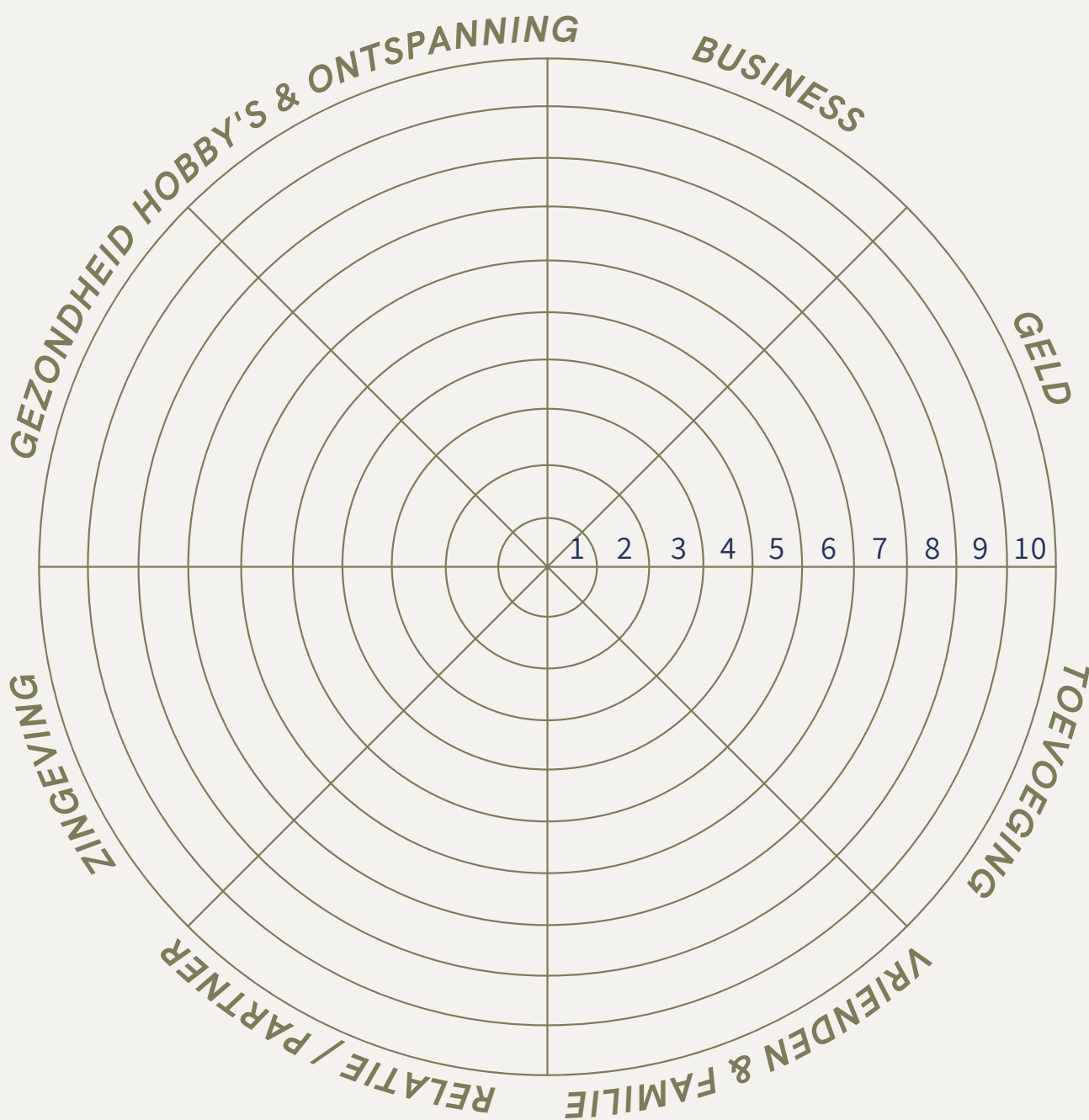
Gezondheid: Hoe gaat het met je gezondheid?

Hobby's & Ontspanning: In hoeverre doe je dingen waar je blij van wordt (niet werkgerelateerd) en waar je van kunt ontspannen?

OPDRACHT:

Kleur voor elk los onderdeel in welk cijfer je het geeft. Geef je een onderdeel een 8 kleur dan het vakje in tot en met de 8.

Zo krijg je een mooi visueel beeld van hoe je er op de verschillende onderdelen voor staat.





VERVOLG OPDRACHT WHEEL OF LIFE

Geef een toelichting bij elk onderdeel van het levenswiel waarom je dit cijfer geeft.

Kies vervolgens 1 à 2 onderdelen uit je levenswiel waar je het komende kwartaal aan wilt werken. Dit hoeft niet per se het onderdeel met het laagste cijfer te zijn; het kan ook een hoog scorend onderdeel zijn. Beschrijf ook voor jezelf wat je gaat doen om dit te bereiken en waarom.

DOELEN Q2



SLUIT AF MET HET STELLEN VAN DOELEN VOOR HET AANKOMENDE KWARTAAL

Ga nu aan de slag met het formuleren van je doelen voor het komende kwartaal op basis van je ervaringen het afgelopen kwartaal en je huidige levenswiel.

Beschrijf voor jezelf hoe je van plan bent om deze doelen te bereiken en welke stappen je moet zetten om ze te behalen.

Denk ook na over het juiste moment om bepaalde zaken af te ronden of acties te ondernemen.

COPYRIGHT

Copyright

Auteur | May I Advise

Uitgave maart 2024

De gehele inhoud hebben wij met de beste bedoelingen, inzichten en vermogen samengesteld. Aan de inhoud van dit ebook kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, geluidsband, elektronisch of op welke wijze dan ook, zonder schriftelijke toestemming van De Ondernemers Academie.

Voel je uiteraard vrij hem te delen op social media als je hem interessant vond!

Tag @may_i_advise hierin dan delen we je post of story!

Veel dank voor het lezen!

