

Welkom in het *999 vragen aan jezelf* jaarboek!

Dit boek staat propvol vragen aan jezelf over het jaar dat achter je ligt. Het puilt uit met vragen over alle aspecten van je leven in het afgelopen jaar: wat je hebt gedaan, wat je dacht, wie je zag, wat je vond, wat je voelde en wat je wilde - en we laten je ook nog even kort vooruitblikken naar het jaar dat voor je ligt. Er zijn open vragen, ja/nee-vragen, tweekeuze-dilemma's, vragen die je alleen met een cijfer kunt beantwoorden, meerkeuzevragen & cijferschalen. Er is maar één regel: antwoorden moet. Probeer de vragen te beantwoorden met het afgelopen jaar in je achterhoofd. Voel je vrij om waar nodig toelichting te geven bij je antwoorden in de kantlijn.

MUS zal elk jaar een nieuwe editie van dit boek uitbrengen - deze edities zijn tijdloos en je kunt elke versie elk jaar gebruiken. Je kunt in principe op elk moment in het jaar starten en je 'boek'-jaar afsluiten wanneer jij dat wilt.

Het 999 vragen aan jezelf jaarboek is een onwijs leuk cadeau om te geven en om te krijgen. Vul elk jaar een jaarboek in en je maakt een geweldig, persoonlijk naslagwerk over jouw leven!

Veel liefs van MUS



1. Over welk jaar ga je dit boek invullen (en waarom)?

.....
.....

2. Hoe heet je?

.....
.....
.....

3. Wat is je huidige adres?

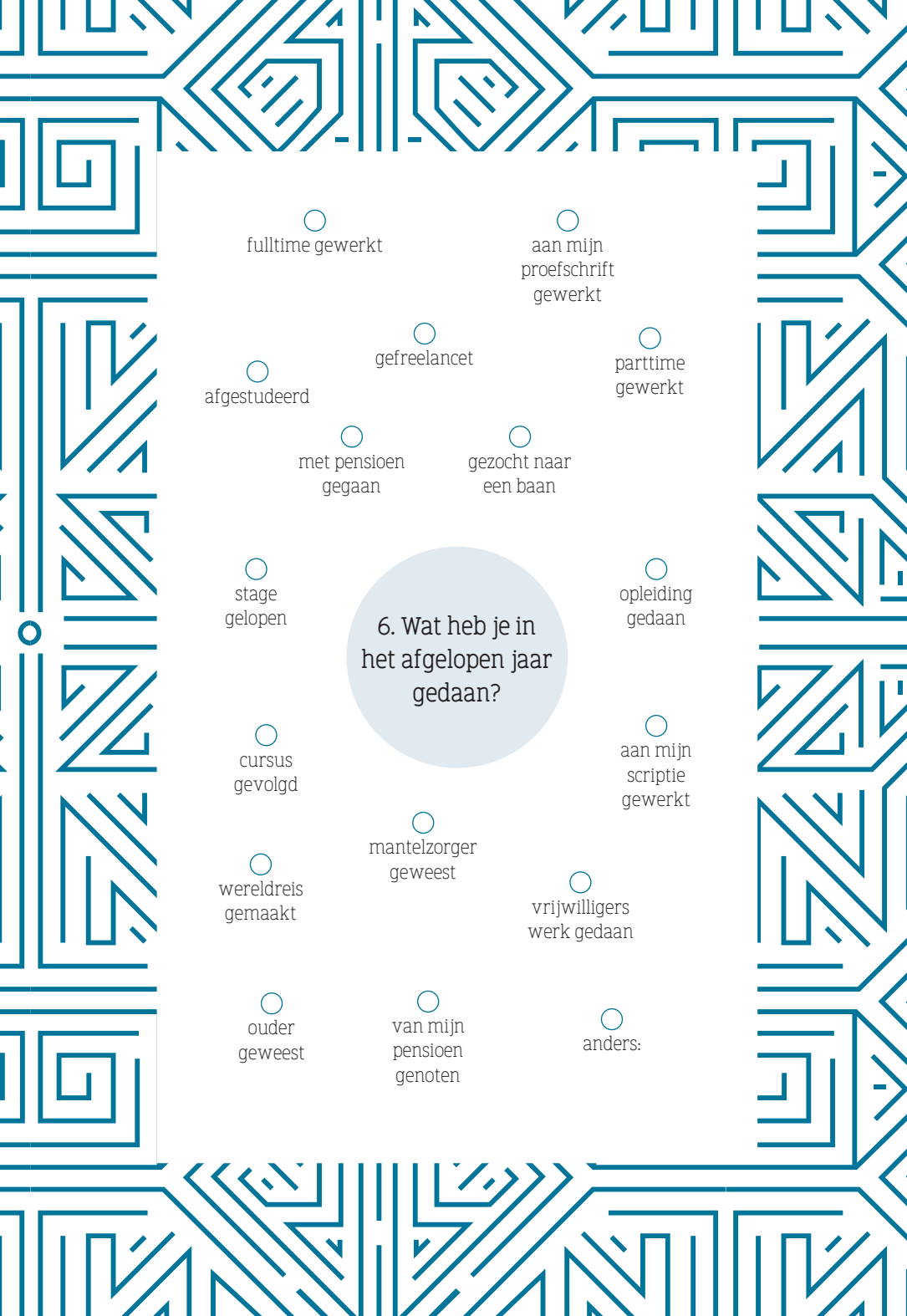
.....
.....
.....

4. Wat is je telefoonnummer?
(dan kunnen mensen jou bereiken als je dit boek
onverhoopt verliest)

.....
.....
.....

5. Hoe ziet jouw gezinssamenstelling eruit?

.....
.....
.....



6. Wat heb je in
het afgelopen jaar
gedaan?

fulltime gewerkt

aan mijn
proefschrift
gewerkt

gefreelancet

parttime
gewerkt

afgestudeerd

met pensioen
gegaan

gezocht naar
een baan

stage
gelopen

opleiding
gedaan

cursus
gevolgd

aan mijn
scriptie
gewerkt

wereldreis
gemaakt

mantelzorg
geweest

vrijwilligers
werk gedaan

ouder
geweest

van mijn
pensioen
genoten

anders:

7. Ben je dichterbij je dromen gekomen?

ja

nee

8. Ben je tevreden met het afgelopen jaar?

ja

nee

9. Ben je verhuisd?

ja

nee

10. Heb je een naam gegeven aan iets of iemand?

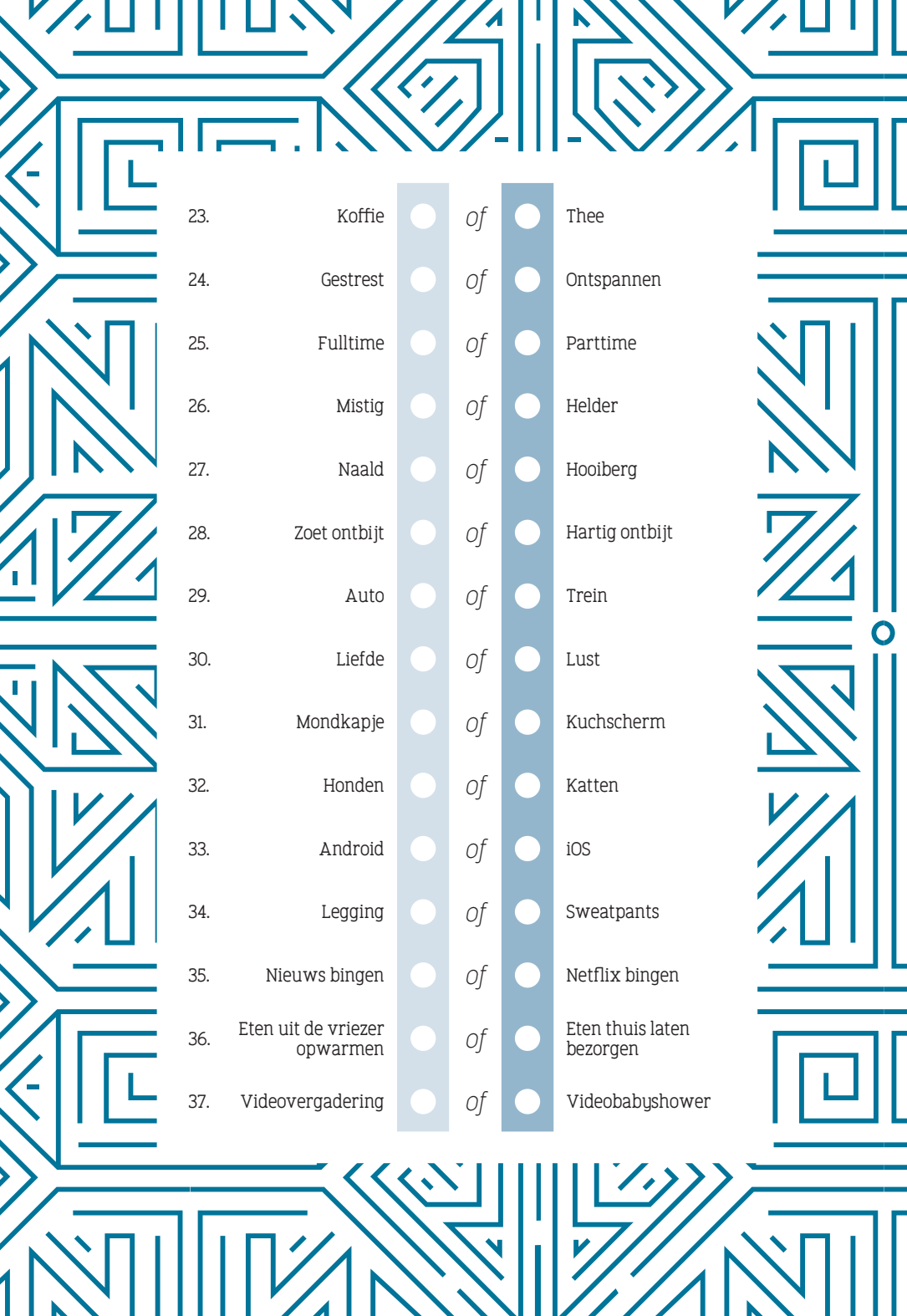
ja

nee

11. Ben je bewuster gaan leven?

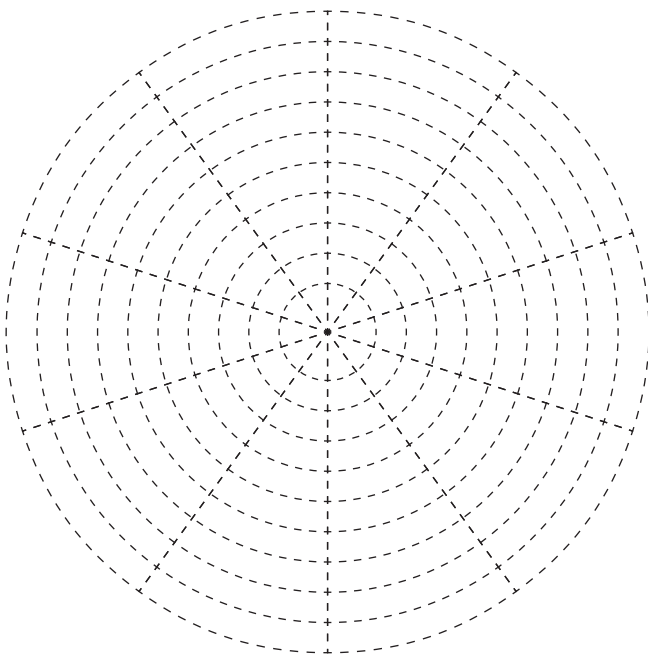
ja

nee

- 
- | | | | | | |
|-----|---------------------------------|---|-----------|---|------------------------------|
| 23. | Koffie | ○ | <i>of</i> | ○ | Thee |
| 24. | Gestrest | ○ | <i>of</i> | ○ | Ontspannen |
| 25. | Fulltime | ○ | <i>of</i> | ○ | Parttime |
| 26. | Mistig | ○ | <i>of</i> | ○ | Helder |
| 27. | Naald | ○ | <i>of</i> | ○ | Hooiberg |
| 28. | Zoet ontbijt | ○ | <i>of</i> | ○ | Hartig ontbijt |
| 29. | Auto | ○ | <i>of</i> | ○ | Trein |
| 30. | Liefde | ○ | <i>of</i> | ○ | Lust |
| 31. | Mondkapje | ○ | <i>of</i> | ○ | Kuchscherm |
| 32. | Honden | ○ | <i>of</i> | ○ | Katten |
| 33. | Android | ○ | <i>of</i> | ○ | iOS |
| 34. | Legging | ○ | <i>of</i> | ○ | Sweatpants |
| 35. | Nieuws bingen | ○ | <i>of</i> | ○ | Netflix bingen |
| 36. | Eten uit de vriezer
opwarmen | ○ | <i>of</i> | ○ | Eten thuis laten
bezorgen |
| 37. | Videovergadering | ○ | <i>of</i> | ○ | Videobabyshower |

74. Hoe voelde je je het afgelopen jaar?

Vul de legenda in, ken een kleur toe aan de onderwerpen en maak het diagram compleet.



○	○	○
○	○	○
○	○	○
○	○	○

76. Wat vond je van je werk?

Brengt geld in het laadje



- 100%
- 90%
- 80%
- 70%
- 60%
- 50%
- 40%
- 30%
- 20%
- 10%

- 10%
- 20%
- 30%
- 40%
- 50%
- 60%
- 70%
- 80%
- 90%
- 100%

Levensroeping

187. Hoe was het gesteld met jouw duurzame leven?

Dingen die ik heb gedaan die ik **leuk** vond

*dit meer
doen!*

Dingen die ik heb gedaan die **goed** waren voor de **planeet**



236. Welke drie wensen zijn uitgekomen?

1.
2.
3.

237. Welke drie dingen heb je eindelijk weggegooid
(en had je veel eerder moeten doen)?

1.
2.
3.

238. Welke drie dingen had je nooit moeten doen?

1.
2.
3.

239. Om welke drie dingen heb je je kwaad gemaakt?

1.
2.
3.

gouden ballen

zilveren ballen

rode ballen

witte ballen

koperkleurige
ballen

piek

linten

273. Wat hing er
in jouw
kerstboom?

slingers

zwarte ballen

ballen in alle kleuren
van de regenboog

geen ballen

siersneeuw

er komt bij mij geen
kerstboom in

anders:

engelenhaar

471. Welke route heb je het vaakst afgelegd?

Teken in de kaart op de juiste plaats een begin- en eindpunt, en verbind deze twee plaatsen met een lijn.

Van:

Naar:





890. Wat was de leukste uitspraak van iemand anders over jou?

.....
.....
.....

891. Op welk moment voelde je je het meest gemotiveerd?

.....
.....
.....

892. Wat heb je geleerd?

.....
.....
.....

893. Hoe heb je een positieve invloed op iemand gehad?

.....
.....
.....

894. Hoe ben jij veranderd ten opzichte van het jaar hiervoor?

.....
.....
.....

krachtpatser

liever lui
dan moe

altijd 'aan'

fris als een
hoentje

eerst koffie

wandelende
zombie

230 V

red bull geeft je
vleugels

adhd

936. Hoe was het
in het algemeen
gesteld met je
energielevel?

wallen tot onder
mijn oksels

ff rustaagh

zo moe als een
hond

liever lui
dan moe

Speedy
Gonzales

suf

ernstig
geradbraakt

lamlendig

moegestreden

brakke
tak

einde van
mijn latijn

afgepeigerd

974. Hoeveel woorden die uit jouw mond kwamen dit jaar, berustten op de waarheid?

Er bestaan zo veel manieren om de waarheid te zeggen, dat het bijna altijd overbodig is te liegen.



Een halve waarheid kan een hele leugen zijn.

