0-meting van de 30 day Challenge

Welkom

Leuk dat je mee doet!
Deze 0-meting is ontwikkeld om jouw vooruitgang inzichtelijk te maken.

Instructie

Zoals je kunt zien zijn de zinnen opgedeeld in 3 kolommen.

- ‘Situatie paard’ gaat over hoe jouw paard er op dit moment bij staat.
- ‘Situatie mens’ gaat over jouw gewoontes.
- ‘Relationeel’ gaat over de relatie en omgang tussen jou en anderen om jou heen.

Dit gaat dus zowel over de relatie tussen jou en jouw paard, als tussen jou en jouw bijv. stalgenoten.

Lees de zinnen goed door. Past deze zin bij jou of jouw paard? Kruis dan het bolletje voor de zin aan. Tel vervolgens per iedere kolom op hoeveel bolletjes je hebt aangekruist.
Vervolgens geef je aan in de grafiek hoeveel bolletjes je per kolom had aangekruist.

Na jouw deelname aan de 30 day Challenge kijken we opnieuw naar deze 0-meting, maar dan om te bekijken hoeveel er veranderd is. Berg dit document dus ergens goed op!

	Paard	Mens	Relationeel
40			
39			
38			
37			
36			
35			
34			
33			
32			
31			
30			
29			
28			
27			
26			
25			
24			
23			
22			
21			
20			
19			
18			
17			
16			
15			
14			
13			
12			
11			
10			
9			
8			
7			
6			
5			
4			
3			
2			
1			