

CHECKLIST VOOR HET OPRUIMEN VAN BARRIÈRES

	persoon A	persoon B	persoon C	persoon D	persoon E
Met welk cijfer (van 1 tot 10) waardeer ik deze persoon?					
VVR					
V – Heb ik nog bepaalde VERWACHTINGEN van deze persoon? Is er nog iets wat hij of zij 'moet' doen voor mij?					
V – Heb of voel ik nog VERPLICHTINGEN tegenover deze persoon? Ben ik hem of haar nog iets verschuldigd?					
R – Heb ik nog ergens RECHT op? Is deze persoon mij nog iets verschuldigd, 'moet' hij of zij nog iets voor mij doen of regelen?					
Valt er nog iets te voltooien?					
1 – Ben ik nog ergens boos over?					
2 – Ben ik deze persoon nog geld schuldig?					
3 – Heb ik hem of haar belangrijke waardering onthouden?					
4 – Heb ik ooit de waarheid niet verteld of iets belangrijks voor me gehouden?					
5 – Ben ik een afspraak niet nagekomen?					
Wanneer ga ik hem of haar bellen en een afspraak maken?					
Met welk cijfer (van 1 tot 10) waardeer ik deze persoon nu? (na je afspraak)					