

## **“JOY” en bij Twijfel controleren:**

Praktische vragen om jouw JOY / vreugde / twijfel aan te scherpen:

1 geschiedenis:

Hoe lang heb je dit al gehad?

Wanneer heb je het gekocht?

2 Frequentie:

Hoe vaak gebruikt je dit?

3 Voorafgaand gebruik:

Wanneer heb je dit voor het laatst gebruikt?

4 Eerlijkheid:

Als je eerlijk tegen jezelf zou zijn, zou je dit dan willen weggooien?

Als je naar de winkels zou gaan, zou je dan je hard verdiende geld hier (weer) aan besteden?

5 Probleemoplossing:

Waarmee heb je moeite om te beslissen?

6. Onthoud - misschien ooit = nooit = tijd om los te laten