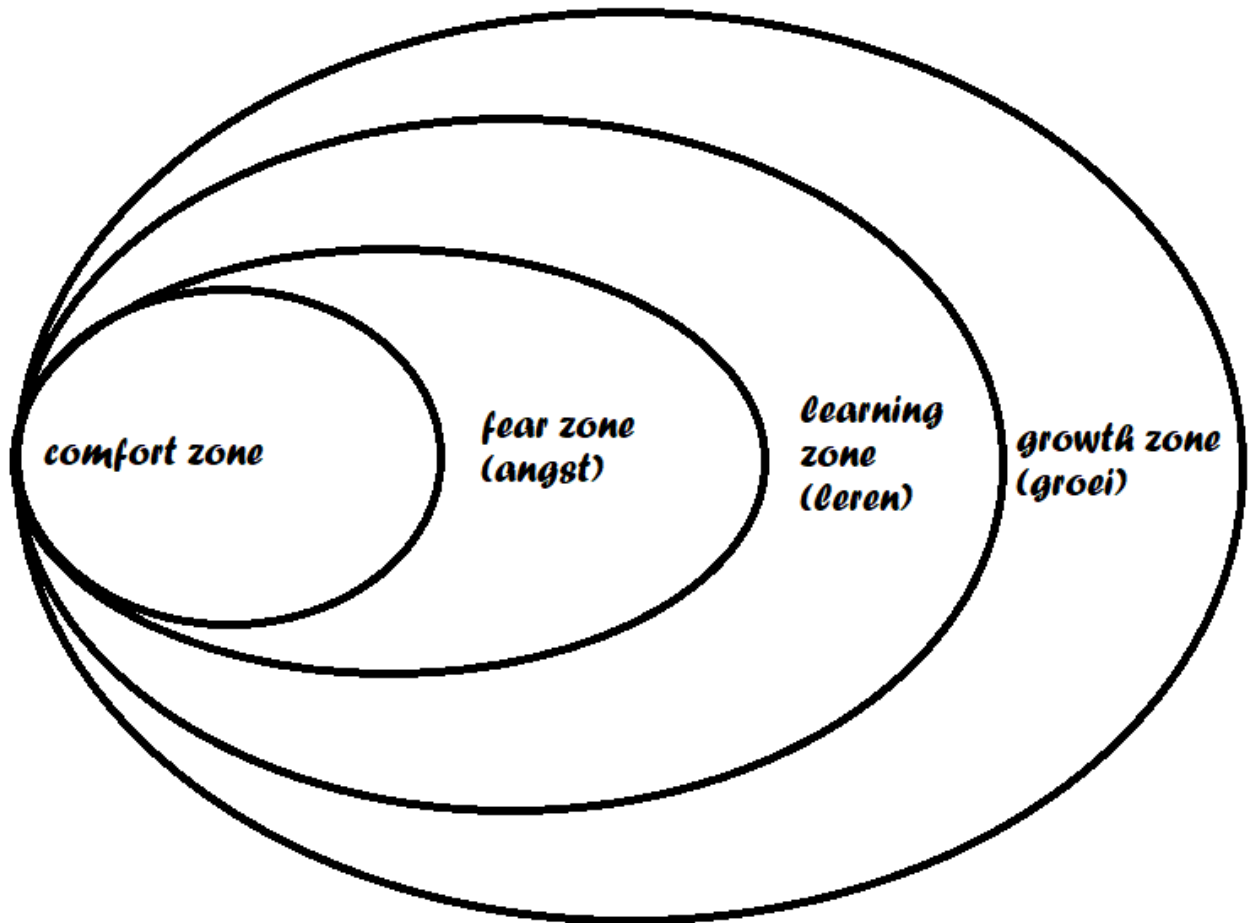


Groei



Comfort zone: waar je je op je gemak voelt, er verandert niet veel

Fear zone: je stapt uit je comfort zone, daar hoort gedrag bij dat je spannend vindt of zelfs bang maakt.

Learning zone: Je leert nieuwe dingen of nieuw gedrag omdat je uit je bekende comfort zone bent gestapt.

Growth zone: je groeit en wordt sterker.