



Gehoord gezien & begrepen

Worksheet Training

Vragen Training:

Als je veranderingen aan wilt gaan in je leven. Is het heel belangrijk dat je bewust naar jezelf durft te kijken. Maar ook om open en eerlijk tegen jezelf te zijn. Want zodra je open en eerlijk tegen jezelf durft te zijn word je bewuster van je eigen doen en laten. Door daarmee aan de slag te gaan ontstaan er inzichten die je verder zullen helpen naar hetgeen je wilt bereiken en waar je naar verlangt.

Hieronder heb ik wat stellingen die jou verder zullen helpen om bewuster naar jezelf en naar jouw leven te kijken.

- 1 Waar sta je nu als je kijkt naar jezelf in jouw leven?
- 2 Waar loop je tegen aan als je kijkt naar jezelf en jouw leven?
- 3 Als jij vandaag opnieuw mocht beginnen met jouw leven wat zou jij dan veranderen?
- 4 Wat zijn de doelen die je wilt bereiken voor jezelf in jouw leven?