

VRIENDJES MET JEZELF

- Schrijf in de eerste kolom neer waar je ongerust over bent
- Schrijf in de tweede kolom neer wat je beste vriend zou zeggen als reactie op je zorgen
Hoe zouden ze je geruststellen, aanmoedigen, relativeren, helpen, ...?
- Schrijf in de derde kolom je persoonlijk je sterktes neer die je helpen bij het omgaan met deze zorgen; kom je vaak creatief uit de hoek of ben je fier op je doorzettingsvermogen?

De dingen waar ik me zorgen over maak	Wat mijn vrienden zouden zeggen	Waar ik sterk in ben

NOG MEER VAN DIT

We geloven in een no-nonsense aanpak en we houden van doorpakken
Kijk op www.blauwkonijn.be wat je nog kan vinden tussen de freebees



ivie@blauwkonijn.be
yvonne@blauwkonijn.be