

Coachings-dagboek van

.....

Hier word ik blij van:

Dit doe ik graag:

Dit vind ik lastig:

Dit kost mij veel energie:

Als ik me rot voel, dan voelt mijn energie:

Als ik me prettig voel, dan voelt mijn energie:

Mensen bij wie ik me thuis voel, zijn:

Mensen bij wie ik me thuis voel, doen:

Dingen die ik kan doen om mijzelf energetisch te beschermen, zonder dat ik weg hoef te gaan uit de situatie:

Dit waren belangrijke gebeurtenissen in mijn leven:

Dit zou ik heel graag durven:

Datum:
Ik voel me nu:

Datum:
Ik voel me nu:

Datum:
Ik voel me nu:

Datum:
Ik voel me nu:

Datum:
Ik voel me nu:

Datum:
Ik voel me nu:

Mijn plek in ons gezin: