

Thema: jezelf zijn, zelfliefde & trouw blijven aan wie jij bent

Jouw Naam:

Datum:

 **Vraag 1: Wanneer voel jij dat je helemaal jezelf bent?**


Denk aan een moment waarop je je vrij voelde, blij, rustig of trots.
Wat deed je toen? Hoe voelde dat in je lijf?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

 **Vraag 2: Wat maakt jou uniek?**

Iedereen is anders en dat is mooi.
Wat hoort echt bij jou en niet bij iemand anders?


.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

 **Vraag 3: Wat helpt jou om lief voor jezelf te zijn?**

Misschien door iets te zeggen, te doen of even pauze te nemen.
Wat helpt jou als je het even moeilijk vindt?

.....
.....
.....
.....
.....


.....
.....
.....

 **Tot slot:** Je hebt vast wel iemand in je klas of als vriend waarin je iets moois ziet.

Een mooie eigenschap of iets wat die persoon voor jou zo bijzonder maakt. Schrijf eens op wat je zo bijzonder vindt aan diegene en als je zou willen mag je dit natuurlijk aan diegene geven of vertellen.

.....
.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....

 “Jezelf zijn is altijd goed genoeg.
Je hoeft niet anders te zijn dan je bent.”