

Thema: levensvreugde, enthousiasme & verlangen om te verbeteren

Jouw Naam:

Datum:

 **Vraag 1: Wanneer voel jij je blij, energiek of enthousiast?**


Denk aan een moment waarop je zin had om iets te doen, te spelen of te bewegen.
Wat maakt dat moment zo fijn?

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

 **Vraag 2: Wat zie jij dat nog leuker, mooier of fijner kan?**

Misschien in een spel, in de klas, thuis of bij jezelf.
Wat zou jij willen verbeteren?


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

 **Vraag 3: Hoe merk jij dat je even rust nodig hebt?**

Zelfs met veel energie is pauze soms belangrijk.
Hoe voelt jouw lichaam als het tijd is om te stoppen?

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

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

 **Tot slot:** Bij vraag 1 heb je de vraag beantwoord: Wanneer voel jij je blij, energiek of enthousiast?

Omschrijf wat je dan voelt. Is dat kippenvel? Slaat je hart op hol? Wil je springen of dansen?

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

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

 “Jouw vrolijke energie is een cadeautje” 