

Dag 3 van de 4 daagse challenge

Stop de oorlog in je hoofd door EFT

Thema PERFECTIONISME

- 1. Hoe ziet perfectionisme er voor jou uit?*
- 2. Wat geeft perfectionisme jou?*
- 3. Wat kost perfectionisme jou?*

*“Perfectionisme is niet streven naar het beste, maar
proberen afwijzing en schaamte te vermijden”
- Brené Brown*

