

Dag 4 van de 4 daagse challenge

Stop de oorlog in je hoofd door EFT

Thema: MOEDIG ZIJN zonder piekeren

1. Wat betekent moed voor jou?

2. Welke situaties uit je verleden laten zien dat je moedig bent geweest? Schrijf er minstens drie op.

“Er is altijd een keuze: Blijf je ongelukkig? Of kom je in actie om jezelf te ondersteunen. Motiveer jezelf, wat er ook gedaan moet worden, de keuze is altijd aan jou.” - Wayne Dyer

