



DAG 3: MIJN EMOTIES & GEVOELSLEVEN

Hoe stabiel was mijn gevoelstoestand?

Welke emoties kwamen door mij heen?

Welk deel of welke delen in/van mijzelf werd(en) geraakt?

Wat is/zijn de belangrijkste onderliggende boodschap(pen)?

Wat heb ik nodig om in mijn centrum te komen en blijven?