



Wendy Derksen

licht & vreugdevol leven

**MIJN WEG NAAR WIJSHEID EN GELUK**

(PROBEER OP TE MERKEN OF JE DIT FORMULIER INVULT VANUIT HET GEVAAR-, JAAG- OF ZORGSYSTEEM)

**Welke verandering merk je bij jezelf op, zo aan het einde van de training, ten aanzien van:**

Hoe je met jezelf omgaat?

Hoe je met anderen omgaat? (Familie, vrienden, kennissen, collega's enzovoort)

Hoe je met de huidige moeilijkheden in je leven omgaat?

Hoe je omgaat met andere levensgebieden die belangrijk voor je zijn? (bijvoorbeeld dagbesteding, sociaal netwerk, gezondheid, welzijn, vrije tijd, maatschappelijke betrokkenheid, zingeving, spiritualiteit)

Hoe je werkt aan je doelen in het leven (korte en lange termijn)

Hoe je omgaat met toekomstige uitdagingen?

Samengevat: wat heb je geleerd?

Wat wens je jezelf toe in de nabije en verre toekomst?

