



## Vragenlijst Drieluik traject – Thuiskomen in jezelf

Als je twijfelt en je afvraagt waar je staat in je proces, en of dit het moment is om deze drieluik met jezelf aan te gaan, vul dan deze vragenlijst voor jezelf in.

- 1) Heb je al eerder iets gedaan aan persoonlijke en innerlijke groei?
- 2) Waar loop je bij jezelf tegenaan?
  - Relatieproblemen
  - Familie- gezin
  - Werk (collega's)
  - Depressie
  - Weinig energie snel moe
  - Je kunt de vinger er niet op leggen wat er aan de hand is
  - Je voelt je niet gezien en/of gehoord
  - Emoties wegduwt
  - Moedeloosheid
  - Aanpassingsgedrag ten opzichte van de ander
  - Je durft jezelf niet te laten zien zoals je echt bent
  - Ben je hooggevoelig of heb je een groot empathisch vermogen naar anderen?
- 3) Waar wil je voor jezelf aan werken tijdens je persoonlijk proces?
- 4) Ben je bereid om tijd en ruimte voor jezelf vrij te maken voor je innerlijke reis en groei tijdens deze drieluik?
- 5) Hoe belangrijk is het voor jou om jezelf te bevrijden van je verleden?

- 6) Ben je bereid om aan je schaduwkanten te willen werken?
- 7) Vraag je jezelf wel eens af wie je bent en waar je naartoe wilt?
- 8) Zou je meer in je eigen kracht willen staan?
- 9) Zou je meer vanuit je hart en ziel keuzes willen maken?
- 10) Je eigen plek vinden en innemen in relaties, familie, gezin en werk

Samenvattend, als je deze vragen voor jezelf hebt beantwoord en veel herkent in de vragen, weet je waar je zelf tegenaan loopt. Voel je dat het moment is aangebroken om verantwoordelijkheid voor jezelf te nemen en het proces met jezelf aan te gaan?

Meld je dan aan voor het Drieluik traject

**[Thuiskomen in jezelf -Drieluik - Krachtseenheid](#)**