"A grateful heart is a magnet for **miracles**."

Ontdek wat je kunt vieren!

“The two most important days in your life are the day you are born and the day you find out why.”

- Mark Twain

Werkboek 6. Reflectie

1. Terugkoppeling op actieplan
2. Wheel of life
3. Reflectie op groei
4. Voltooiing en Feestvieren
5. Toekomst

01 Terugkoppeling op actieplan

De afgelopen periode heb je intensief gewerkt aan jouw actieplan, hoe voelt dat?

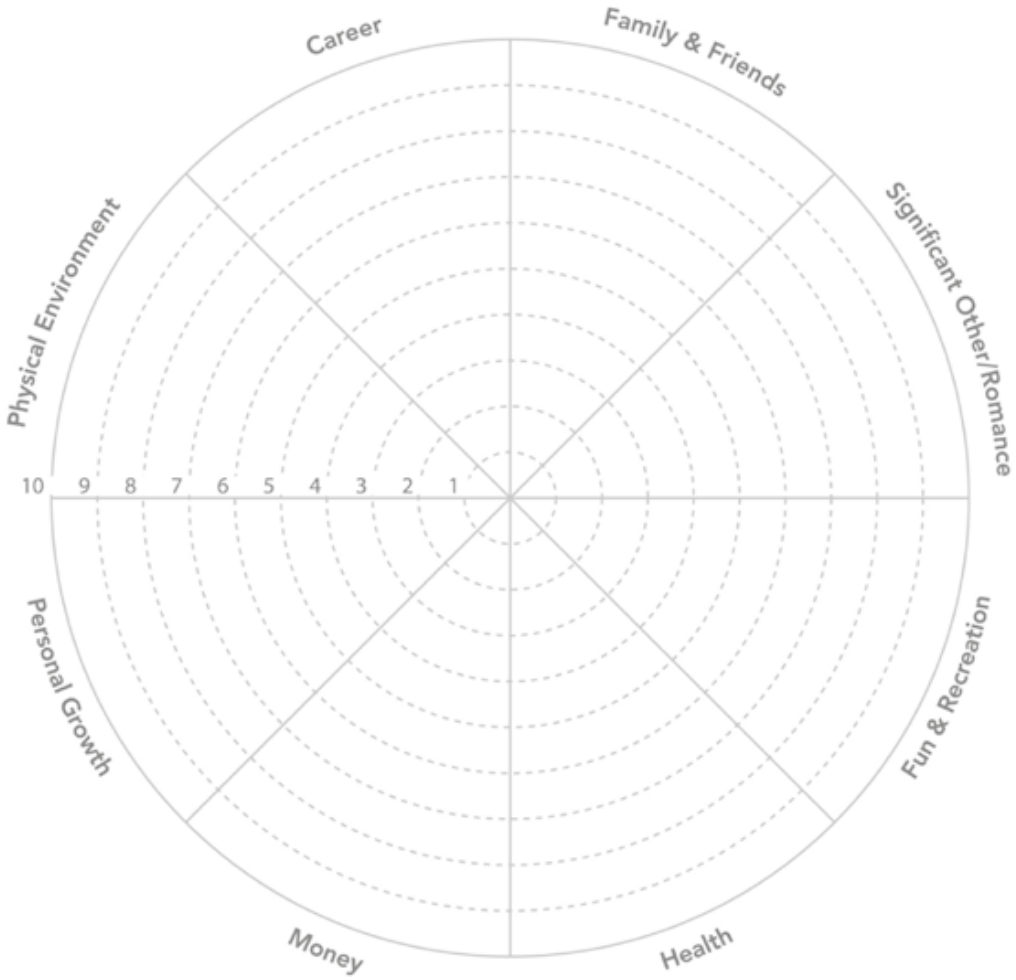
Het 'Ken Jezelf' programma zit erop... Helaas! Het goede nieuws is dat je enorme stappen hebt gezet in je persoonlijke ontwikkeling! In de laatste sessie hebben we gereflecteerd op jouw groei. Welke inzichten neem je mee uit de laatste sessie?

02 Wheel of life

We begonnen dit traject met een 'wheel of life' waarin we de verschillende aspecten van jouw leven inzichtelijk hebben gemaakt en jouw specifieke coachdoel geconcretiseerd.

Let's play

Je mag hem nog een keertje invullen, hoe is het nu?



Wat valt je op?

.....

.....

.....

Bekijk nog een keer jouw specifieke coachdoel. In hoeverre heb je deze verwezenlijkt?

.....

.....

.....

03 Reflectie op je groei

Waar ben je het meest gegroeid?

.....

.....

.....

Hoe kun je dit vasthouden?

.....

.....

Hoe ben je nog meer veranderd?

.....

.....

Waar ben je het meest trots op?

.....

.....

.....

Wat waren de grootste uitdagingen die je hebt overwonnen?

.....

.....

Waar ben je dankbaar voor?

.....

.....

Dankbaarheid is de hoogste frequentie waarop je kunt leven.
Op deze trilling trek je meer aan van alles waar je je dankbaar voor kunt voelen.

Let's pause

Schrijf nu een dankbaarheidsbrief
aan jouw leven:

....en voel het!

04 Voltooiing en Feestvieren

"If you don't celebrate succes
it won't celebrate you."

Jaaahhhhh!

Hoe wil je deze voltooiing voor jezelf vieren? (bv. kaars aansteken, een brief aan jezelf schrijven, een glas champagne drinken, een wandeling maken en nadenken over wat je bereikt hebt in je persoonlijke groei, dankbaarheid voor jezelf tonen.)

05 Toekomst

Wat is je volgende stap?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Welke nieuwe obstakels zijn er op je pad gekomen?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Op welk(e) gebied(en) wil je verder groeien?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Hoe wil je gefocust blijven en trouw aan jezelf?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Every end brings a new beginning

Wauw wat een reis heb je gemaakt...

Gefeliciteerd!

Een diepe buiging voor jou. Dankjewel. Dankjewel dat je de verantwoordelijkheid hebt gepakt voor je eigen groei. Je hebt moed getoond en geïnvesteerd in het mooier maken van jouw wereld en daarmee DE wereld. En geef het door, je liefde, je groei en het gunnen aan anderen. Zoveel je kunt, want in geven ontvangen we...

Misschien is het traject helemaal voor je afgerond en heb je jouw coachdoelen volledig bereikt, of misschien voel je dat het 'Ken Jezelf traject' pas het begin is richting een leven vanuit je authentieke hart!

Wat het voor jou ook is, weet dat je altijd welkom bent om terug te keren of te verdiepen! Sterker nog. Als oud cliënt heb je privileges. We kennen elkaar goed en hebben veel tijd met elkaar doorgebracht. Daarom krijg je altijd een voorkeursbehandeling: er gelden er betere tarieven op losse sessies, verdiepende programma's en trainingen...

Daarom geen vaarwel, maar hopelijk tot snel :)

Liefs,

Dominique

“My soul honors your soul
I honor the place in you
where the entire universe resides
I honor the light, love, beauty
and peace within you,
because it’s also within me
In sharing these things
We are united

We are one.”

Copywright: Pause to Play 2017. Alle rechten voorbehouden. Tenzij anders vermeld berusten alle rechten op informatie (tekst, beeld, geluid, video, etc) die u in dit programma aantreft bij Pause to Play.

Gehele of gedeeltelijke overname, plaatsing op andere sites, verveelvoudiging op welke andere wijze dan ook en/of commercieel gebruik van deze informatie is niet toegestaan, tenzij hiervoor uitdrukkelijk schriftelijke toestemming is verleend door Pause to Play. Deze informatie mag worden bekeken op een scherm, gedownload worden of geprint worden, mits dit geschied voor persoonlijk, informatief en niet-commercieel gebruik, mits de informatie niet gewijzigd wordt en niet gedeeld met derden.

© pause to play

designed by studio vixx