

---



# Droomdagboek

---



Een 30-daags begeleid dagboek



Dagelijkse Invoer

Gemaakt met LoomJournals

---

# Hoe gebruik je dit dagboek

---

Welkom bij je dagboek! Hier zijn een paar tips om er het maximale uit te halen:

- 1 Reserveer elke dag een paar minuten om te schrijven
- 2 Wees eerlijk en schrijf vrijuit zonder oordeel
- 3 Probeer elke dag op hetzelfde moment te schrijven om een gewoonte op te bouwen
- 4 Bekijk je aantekeningen wekelijks om patronen te ontdekken



Scan voor een gedetailleerde handleiding over het gebruik van dit dagboek

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Droomtitel** *(geef het een naam als een korte film)*

**Droomverhaal** *(in de tegenwoordige tijd: 'ik sta...' fragmenten zijn ook waardevol)*

**Droomemotions** *(tijdens de droom en bij het wakker worden)*

**Droomsymbolen** *(mensen, plaatsen, objecten die opvielen)*

**Verbinding met het wakkere leven** *(wat in je leven zou deze droom kunnen weerspiegelen?)*

**Droominterpretatie** *(wat betekent dit persoonlijk voor jou?)*