

---





# Zelfontdekkingsdagboek

---



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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---

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

**Levensdoelvraag** *(stel jezelf een diepgaande vraag over wie je bent of wilt zijn)*

---

---

---

**Kernwaarden** *(welke waarden sturen jouw beslissingen? eerlijkheid, vrijheid, groei...)*

---

---

**Mijn sterke punten** *(waar ben je goed in? wat waarderen anderen in jou?)*

---

---

**Verkende angsten** *(welke angst merkte of confronteerde je vandaag?)*

---

---

**Beperkende overtuigingen** *(welk verhaal vertel je jezelf dat je misschien tegenhoudt?)*

---

---

**Wat ik heb geleerd** *(welke fotografische les of inzicht heeft deze sessie je geleerd?)*

---

---

**Reflectie van vandaag** *(wat ging er goed? wat kon er beter?)*

---

---

**Dankbaarheid** *(waar ben je vandaag dankbaar voor? noem een specifieke persoon, moment of ding)*

---

---