Dagboek van zelfinzicht

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Maandag** | Dit deed ik goed vandaag… |  |
| Vandaag had ik plezier wanneer ik… |  |
| Ik voelde me fier toen ik… |  |
| **Dinsdag** | Vandaag bereikte ik … |  |
| Ik had een leuke ervaring/ een leuk gevoel… (over een persoon, iets dat gebeurde, een plaats…) |  |
| Dit deed ik voor iemand anders… |  |
| **Woensdag** | Ik voelde me goed over mezelf toen… |  |
| Ik was fier op iemand anders wanneer die… |  |
| Het was een interessante dag omdat…. |  |
| **Donderdag** | Ik was fier omdat… |  |
| Ik zag of hoorde iets goed vandaag, namelijk… |  |
| Vandaag bereikte ik… |  |
| **Vrijdag** | Dit deed ik goed vandaag… |  |
| Ik had een leuke ervaring/ een leuk gevoel… (over een persoon, iets dat gebeurde, een plaats…) |  |
| Ik was fier op iemand anders wanneer die… |  |
| **Zaterdag** | Vandaag had ik plezier wanneer ik… |  |
| Ik voelde me goed over mezelf toen… |  |
| Dit deed ik voor iemand anders… |  |
| **Zondag** | Ik zag of hoorde iets goed vandaag, namelijk… |  |
| Het was een interessante dag omdat…. |  |
| Ik voelde me fier toen ik… |  |