

Werkblad voor Volwassenen: *De Maan van Eigenheid*



1. Reflectie op Authentiek Zijn

Schrijf in een paar zinnen:

- Wanneer voel jij je helemaal jezelf?

- Zijn er situaties waarin je moeite hebt om authentiek te zijn? Welke?

2. Jouw Eigen Kracht

Teken een symbool dat jouw eigenheid laat zien. Denk aan een dier, een vorm of iets wat jou sterk en uniek maakt. Schrijf er een korte uitleg bij.

3. Luisteren naar Jezelf

Neem een moment van stilte. Leg je handen op je hart en vraag jezelf: *Wat heb ik nodig om trouw te blijven aan mezelf?* Schrijf op wat je hart je vertelt.
