

Even Geen Alcohol

signaleringsplan



Dag 6

Fase groen

* Wat merk ik aan mijzelf?

* Wat merken anderen aan mij?

* Wat kan ik doen?

* Wat kunnen anderen doen?

Fase oranje

* Wat merk ik aan mijzelf?

* Wat merken anderen aan mij?

* Wat kan ik doen?

* Wat kunnen anderen doen?

Fase rood

* Wat merk ik aan mijzelf?

* Wat merken anderen aan mij?

* Wat kan ik doen?

* Wat kunnen anderen doen?

ELI: "Ook ik had niet op alles gelijk een antwoord. Hoeft ook niet. Maar mijn man gaf mij inzichten die ik zelf nog niet eens doorhad."

Blijkbaar als ik niet lekker in mijn vel zat, ging ik meer kopen. Autsj: dat had ik zelf nog niet eens door.

Maar ik ging ook snaaien, meer fronzen, meer drinken.

Je hoeft er niet gelijk iets mee, observeren geeft al inzicht.

ELI

spreker | schrijver | hoepelaar

