

Next level Tackelen

1.1 BATESON

Als ik je de vraag stel wie ben jij in je leven, wie ben jij dan? Welke vrouw ben je? Welke collega? Welke partner? Wie ben jij in jouw leven in de rollen die je hebt?

Denk onder andere aan:

- de enthousiaste
- behulpzaam
- zorgzaam
- egoïstisch
- eenzaam
- liefdevol
- dominante
- verbinder
- afwachter
- de regelaar
- de volger

1) Schrijf eerst je verschillende rollen op die jij hebt in je leven.

2) Schrijf bij iedere rol op wie jij bent in die rol.

3) Wat valt je nu op wat je wel doet maar niet zou willen?

4) Wat valt je op wat je wel doet en wilt behouden?