

Krijgen wat je wilt

Wat wil ik voor elkaar krijgen, wat heb ik nodig, wat wil ik bereiken?

.....
.....
.....

Hoe wil ik dat de ander zich hierna over mij voelt?

.....
.....
.....

Hoe wil ik me hierna over mijzelf voelen?

.....
.....
.....

Hoe is het gegaan?

Hoe was de situatie, wie deed wat, en wat vind ik daarvan?

.....
.....

Hoe denk ik dat de ander zich nu over mij voelt?

.....
.....

Hoe voel ik me nu over mijzelf?

.....
.....

Wat ging er goed en wat moet er een volgende keer anders

.....
.....