



**COACHPROGRAMMA 1 MAAND  
ONTDEK EN IMPLEMENTEER  
JOUW NATUURLIJKE KRACHT!**



# Inhoud

**Inleiding**

**Modules:**

**1. Waar sta je nu?**

**2. Dankbaarheid & acceptatie**

**3. Jouw verlangen**

**4. Wat staat er in de weg?**

**5. Wie wil jij zijn?**

# Inleiding

Fijn dat jij er bent en dat jij hebt besloten deel te nemen aan dit coachprogramma van één maand!

Weet dat de transformatie in jou al is begonnen! Transformatie begint namelijk met besluiten nemen en het ook doen. Dus gefeliciteerd met deze eerste belangrijke stap!

Gedurende komende maand zul jij nog meer besluiten nemen die jou helpen te groeien en te ont-wikkelen. Dat helpt je om je natuurlijke kracht te ontdekken en te implementeren in jouw dagelijks leven.

Je maakt een shift van overleven naar krachtig natuurlijk leven. Een leven waarin jij het startpunt bent en de regie hebt en van daaruit automatisch van ongelooflijke betekenis bent voor je omgeving.

Je leert je te verbinden met jouw rijke, krachtige en waardevolle natuur dat binnenin jou zit. Dat is wie jij bent! Je ontwikkelt het lef om voorbij je angsten, twijfels, zelfkritiek en belemmerende overtuigingen te gaan, op weg naar jouw dromen en verlangens.

Een programma van 1 maand dat jou de aanzet geeft naar een leven vol energie, betekenis en voldoening! Een leven dat helemaal past bij wie jij van nature bent!

# Module 1: waar sta je nu?

1. We starten bij jouw beginsituatie. Beschrijf hieronder de belangrijkste aspecten van jouw leven op dit moment. Hoe ziet jouw leven er exact uit op alle domeinen? Belangrijk: wees hierin héél eerlijk!

- School/opleiding/werk
- Gezin / familie
- Sociaal netwerk
- Financiën
- Wonen
- Gezondheid
- Persoonlijke groei

2. Als je leven niet verandert en jij hetzelfde blijft doen als je nu doet, hoe ziet dan je toekomst over bijvoorbeeld 1 of 2 jaar eruit?

