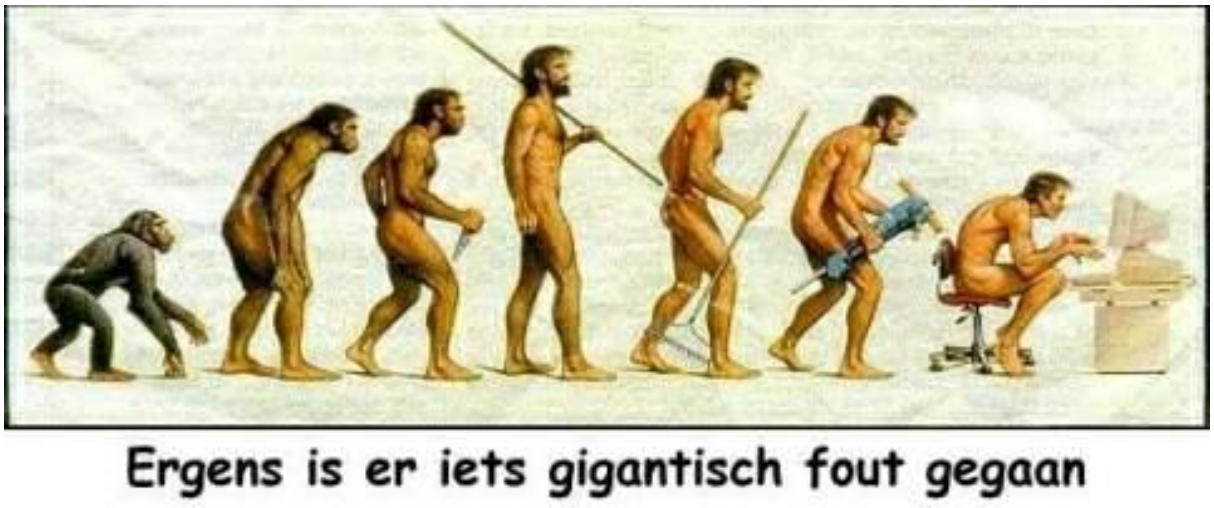
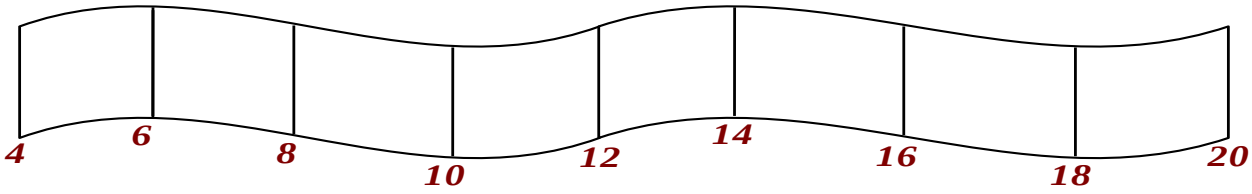
Opdracht Levenslijn



Neem een tekenvel in de breedte en zet daarop een lijn.

Op deze lijn zet je belangrijke gebeurtenissen in jouw leven.



Denk aan personen, mijlpalen, veranderingen…

Neem de tijd!

Kleur de gebeurtenissen waar je spijt van hebt, die je niet zou willen herhalen, waar je niet lekker in je vel zat en negatieve herinneringen aan hebt nu **rood.**

Kleur de gebeurtenissen waar je blij en trots en lekker in je vel zat, waar je goede herinneringen aan hebt nu **groen.**

Welke gebeurtenis zou je echt willen schrappen, vergeten, uitwissen?

Wat zou dat veranderen aan je leven?

Zou het jou zoals je nu bent veranderen?

Probeer zo goed mogelijk te bedenken wat het met je zou doen!

Verandert dit hoe je tegen die gebeurtenis aankijkt?

Is de gebeurtenis nog steeds rood?

Heeft het je ook iets positiefs gebracht?

Neem de mooie momenten uit jouw leven en maak daar een aparte tijdbalk van, met of van tekeningen en/of foto's!

Talenteer Jezelf!

2018