

# Acceptatie

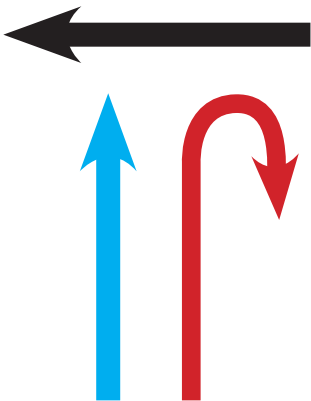
Openstaan voor dingen die ik niet leuk vind en ze aanvaarden – in mezelf, anderen en de buitenwereld



# Actieplannen

Welke stappen zet je om dit doel te bereiken?

- Stap 1
- Stap 2
- Stap 3
- Stap 4
- Stap 5
- Andere stappen



# Avontuur

Ondernemend zijn; actief nieuwe en uitdagende ervaringen opdoen



# Assertiviteit

Voor je rechten opkomen en vragen om wat je wilt hebben, en tegelijk jezelf en anderen in acht nemen



# Authenticiteit

Authentiek, waarachtig en echt zijn; trouw aan jezelf zijn

