**Mijn eigen pijn-ervaringen**

Vroeg of laat wordt iedereen gekwetst of moet iedereen van ons afscheid nemen.

Het hoeft niet altijd met de dood te maken te hebben.

Het kunnen verlieservaringen of kwetsbaarheden in het algemeen zijn.

Duid in aan welke kwetsbaarheden of verlieservaringen jij al hebt meegemaakt.

Je kan ook een kwetsbaarheid of verlieservaring aanvullen.

 [ ]  Een vriend(in) verhuist.

 [ ]  Je ouders gingen uit elkaar.

 [ ]  Iemand uit je omgeving pleegde zelfmoord.

 [ ]  Iemand die je vertrouwde heeft je bedrogen.

 [ ]  Je lief maakte het uit.

 [ ]  Iemand stierf na een ziekte of ongeval.

 [ ]  Je verloor je werk.

 [ ]  Je wordt ouder en voelt dat je lichamelijk minder aankan.

 [ ]  .

Welke kwetsbaarheid of verlieservaring herinner je je nog het meeste?

Schrijf die kwetsbaarheid of verlieservaring hier uit!



 .

 .

 .

 .

 .

 .