



ZST Oefening

<p>Zegeningen Tel je zegeningen – de grote en kleine dingen waar je dankbaar voor bent.</p>	<p>Successen Grote en kleine dingen die ik vandaag voor elkaar heb gekregen of verwezenlijkt heb in het verleden.</p>	<p>Talenten, karaktertrekken, and principes Grote en kleine dingen waar ik goed in ben en die mensen leuk aan mij vinden.</p>
<p><i>Vrienden</i> <i>Mijn huisje</i> <i>Leuk baantje</i> <i>Geen geldprobleem</i> <i>Mijn geloof</i> <i>Nieuwe ring</i> <i>M'n kat</i> <i>Lieve oma</i></p>	<p><i>HAVO/VWO diploma</i> <i>2 jaar zelfde vriend/vriendin</i> <i>Met therapie gestart</i> <i>Schuld afgelost</i> <i>Beetje gespaard</i> <i>Vandaag opgestaan</i> <i>Gekookt voor een vriendin</i></p>	<p><i>Leuke humor</i> <i>Lieve vriendin</i> <i>Kan goed luisteren</i> <i>Kan goed met naaimachine omgaan</i> <i>Kan snel typen</i> <i>Hou van dieren</i> <i>Eerlijk</i></p>



ZST Oefening

Voorbeelden van positieve eigenschappen (karaktertrekken):

- Vriendelijk en steunend naar andere mensen
 - Aardig, loyaal, of sympathiek naar anderen
 - Gul en vrijgevig
 - Accepteren, niet veroordelend naar anderen
 - Zelfdiscipline
 - Let erop anderen niet onnodig te kwetsen
 - Goede “team-player”: let goed op de behoeften van de groep
 - Vol respect naar anderen
 - Eerlijk en direct
 - Grappig, vol humor, leuk om mee te zijn
 - Gek op het leren van nieuwe dingen
 - Bescheiden
 - Technisch talent: kan alles repareren
 - Optimistisch
 - Enthousiast en vol energie
 - Iemand met heldere doelen
 - In staat om goede keuzes te maken
 - Zelfdiscipline op werkgebied
 - Zelfdiscipline op persoonlijk gebied (geen nagels meer bijten!)
 - Verantwoordelijkheidsgevoel
 - Harde werker
 - Netjes en geordend
 - Zorgt goed voor zichzelf
 - Kan goed praktische problemen oplossen voor anderen
 - Voorzichtig
 - Creatief
 - Artistiek
 - In staat tot maken en houden van goede vrienden
 - Spiritueel ontwikkeld
 - Geduldig
 - “Mindful” oftewel in staat tot leven in het heden, niet in toekomst of verleden
 - Niet geobsedeerd met beroemd worden of heel succesvol
 - Dieren liefhebber
-



ZST Oefening

- Natuur liefhebber
- Houdt van kinderen, trekt kinderen aan
- Goed in uitleggen
- Sterk rechtvaardigheidsgevoel
- Dapper of moedig
- Heel veel verschillende interesses
- Kundig op een aantal gebieden
- Snel tevreden
- In staat tot vergeven