

**IK BEN EEN BOEK
MET EEN HOEK AF**

OMGAAN MET HET GEVOEL
IK BEN NIET GOED GENOEG

Danny Demeersseman

**IK BEN EEN BOEK
MET EEN HOEK AF**

**OMGAAN MET HET GEVOEL
IK BEN NIET GOED GENOEG**

Copyright © 2024
Danny Demeersseman

Alle rechten voorbehouden.

Geen enkel deel van dit boek mag in welke vorm dan ook worden
gereproduceerd zonder toestemming van de uitgever

Neem voor toestemming contact op met:

dekrachtbron@hotmail.com

ISBN: 978 94 037 4279-3

NUR 773

Eerste druk, mei
2024

meer informatie

www.dekrachtbron.be

INHOUDSTAFEL

INLEIDING	1
DE AUTEUR	3
BIBLIOGRAFIE	4
PRAKTIJK DE KRACHTBRON	6
DE HOOFDROLSPELER IN DIT BOEK	7

HOE ONTSTAAT DE OVERTUIGING

IK BEN NIET GOED GENOEG	1
JEUGDERVARINGEN	12
DE WEEGSCHAALMAATSCHAPPIJ	14
DE PRESTATIEMAATSCHAPPIJ	15

HOE KOM JE TOT DE OVERTUIGING

IK BEN WEL GOED GENOEG	19
ONDERZOEK JOUW AMBITIES	20
GA VOOR MORELE AMBITIES	24

HOE BOUW JE AAN DE OVERTUIGING

IK BEN WEL GOED GENOEG	31
ZOEK PROFESSIONELE HULP	32
STEL ZINVOLLE VRAGEN	34
BEGRIJP HET ONTSTAAN VAN OVERTUIGINGEN	37

NEUTRALISEER BELEMMERENDE OVERTUIGINGEN	39
LEER DE VERANDERINGSTAPPEN	42
TEM JE PIEKERGEDACHTEN	47
LEER NEE-ZEGGEN	49
WORD JE BEWUST VAN JOUW BEHOEFTE	52
VERMIJD ONNODIGE SCHULDGEVOELEN	57
KOM OP VOOR JEZELF	58
WEES MILDER VOOR JEZELF	59
BRENG BALANS IN JE LEVEN	61
ONTDEK WAT GELUK IS	63
MAAK VAN EEN PROBLEEM EEN UITDAGING	68
NEEM GEZONDE VERANTWOORDELIJKHEID	71
DURF JE SOMS KWETSBAAR OP TE STELLEN	73
VERWACHT NIET DAT IEDEREEN JOU LEUK VINDT	77
DURF FOUTEN MAKEN	79
WEES DANKBAAR EN TROTS OP WIE JE BENT	81

INLEIDING
