

ZORGKRACHT

Zelfcompassie



Mild blijven
voor jezelf

Schuld en
schaamte
herkennen



Grenzen voelen

Contact
maken met
wat je
motiveert



Zingeving van binnenuit

Verbinding
met ander



Vertrouwen
laten
groeien



Empathie
vergroten



Stilte

Morele
spanning
laten landen



Waarden
hervinden

