

## Online Programma “Van Chaos naar Rust” Laura Dagers De Intake

- ❖ 1. Laat je pen schrijven of je vingertoppen op je toetsenbord het werk doen, en ga niet krassen of verbeteren. En schrijf zo uitgebreid mogelijk. Zo spreekt je onbewuste het zuiverste.
- ❖ 2. Wat heeft gemaakt dat je je voor deze cursus ingeschreven hebt?
- ❖ 3. Wat is je beroep. En wat zijn je dagelijkse werkzaamheden?
- ❖ 4. Wat zijn je hobby's? Waar ligt je hart. Met andere woorden waar loop jij warm voor?
- ❖ 5. Heb jij wel eens een [déja-vu gehad](#)? (Dat je ergens op een plek bent of in een situatie waarvan je denkt: “Hé, hier was ik eerder, dit heb ik al eens meegemaakt!”)
- ❖ 6. Gebruik je medicijnen, en zo ja, hoe lang en waarvoor?
- ❖ 7. Ben je momenteel bij een arts, psychiater of therapeut in behandeling?
- ❖ 8. Wanneer is je leven geworden zoals het nu is? Geef een zo exact mogelijk moment aan waarop de chaos ging overheersen en de overhand nam.
- ❖ 9. Hoe ziet jouw leven eruit als je **uit die chaos** in rust leeft? Omschrijf dat eens, en voel in je lichaam of dit is wat jij echt wilt! Krijg een indruk waarom die chaos een soort van fijn is! M.a.w. wat levert het je op? Die chaos.