



**Posi:** een personalisatie van al jouw liefde, je wensen en dromen, je inzet, je uitstraling, je positieve instelling, je vertrouwen in jezelf, het mooiste van jezelf, je enthousiasme en je keuzes. Hierin zitten ook de positieve gedachten die jij bij jezelf hebt. "Ik kan het"

**Nega:** wil je afremmen, wil je tegenhouden in alles wat je wilt ondernemen. Een lastig, etterig stemmetje. Je angsten en zorgen. Hierin zitten vooral ook veel negatieve zinnen die je tegen jezelf zegt. "Ik kan het niet."

**Word baas in je eigen hoofd en bepaal welke stem aandacht krijgt!**