



Nr. 26

Levensvragen

Een vraagbaak bij biografisch zelfonderzoek

Roel den Dulk

DUBBELNUMMER

Ieder mens kan elk moment zijn of haar leven bewust in de hand nemen. Door middel van biografisch zelfonderzoek en zelfreflectie worden niet alleen

het unieke van de eigen levensloop en de eigen levensthema's ontdekt, ook wordt meer inzicht verkregen in de eigen persoonlijkheid en in de plaats en betekenis die zowel positieve als negatieve ervaringen uit het verleden in het heden en in de toekomst kunnen hebben. Er kan daardoor meer greep worden verkregen op hetgeen je op je levenspad ontmoet en op de gebeurtenissen die je overkomen. En je krijgt handvatten om bewuste keuzes te maken op het moment dat zich belangrijke ontwikkelingsvragen aandienen.

Dit boekje bevat een groot aantal wezenlijke vragen per levensfase, als praktisch hulpmiddel bij biografisch zelfonderzoek.