

Hoe zelfzeker zijn over jezelf en positief in het leven staan

CONFIDENT

Senna Wouters

Wat er ook nog mag gebeuren, we all survive.

Inhoud

- Voorwoord
- Mijn verhaal
- Liefde (voor jezelf)
- Hoe word ik zelfzeker?
- Sociale media
- Publieke opinie
- Hét gewenste resultaat
- Dankwoord

Voorwoord

Je zag de titel van dit boek en dacht waarschijnlijk: 'Wow, wat een twee zware onderwerpen.' Klopt, daar heb je gelijk in. Onzekerheid is een gevoel waar heel veel mensen op dagelijkse basis last van hebben, en als er één iemand is die daarover kan meespreken, ben ik het. Ik ben Senna, de schrijver van dit boek en heb jarenlang last gehad van dag in dag uit mij onzeker te voelen. Iedereen beleeft deze, soms heel moeilijke, fase anders en in dit boek probeer ik stap voor stap jou in te laten zien dat onzeker zijn iets is waar je je over kan zetten. Het levende bewijs hiervan ben ik maar het is absoluut niet makkelijk. Het is dag na dag een strijd met jezelf, met vaak meer vallen dan opstaan. Er is één tip die doorheen heel dit boek doorgetrokken gaat worden en dat is: geef nooit op. Hoe vaak je ook valt, twijfelt aan jezelf en een slecht gevoel hebt over jezelf, mag je nooit opgeven. Ik zeg ook niet dat je op één, twee, drie je goed in je vel gaat voelen, zelfzeker zal zijn en elke dag opstaan met een glimlach en denken aan een positief vooruitzicht. Het leven is een strijd die jou elke dag te lijf gaat proberen te gaan.