

Doorbreek het patroon dat anderen van jou verwachten

Uw voorbereiding, stap voor stap

Een werkblad bij het boek. Gebruik dit voor uw eigen reflectie.

- ☐ Beschrijf een concrete situatie waarin dit inzicht voor u speelt.
- ☐ Scheid wat u hebt waargenomen van wat u daarbij veronderstelt.
- ☐ Hoe houdt u meer vrijheid als u zelf kiest hoe u reageert, in plaats van de ander uw reactie te laten bepalen?
- ☐ Noteer welke vraag u aan de andere persoon wilt stellen.
- ☐ Kies één kleine handeling die u kunt proberen en bekijk nadien wat ze veranderde.

Mijn vragen / wat ontbreekt nog?

Lees de uitleg en de bronnen bij deze lijst:

<https://www.notariaatwellens.be/visie/inzichten/17.html>