

# SAMEN IN BALANS

Een kind brengt veel veranderingen. Deze oefeningen kunnen je helpen om samen met jouw partner een nieuwe balans te vinden.

invulblad

## STEUN

▶ Wie of wat helpt mij als (toekomstige) ouder?

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

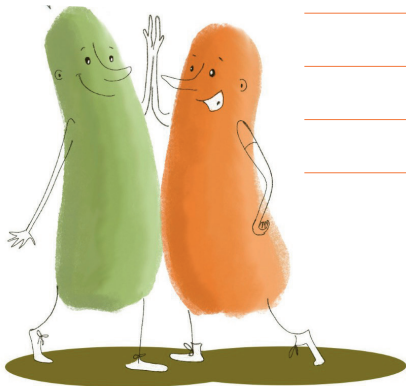
## IK ALS KIND

▶ Wat wil ik hetzelfde doen als mijn ouders voor mijn kind?

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

▶ Wat wil ik anders doen dan mijn ouders voor mijn kind?

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____



## STRESS

▶ Wie of wat geeft mij stress?

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

▶ Wie of wat geeft mij rust?

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

## RUZIE

▶ Hoe los ik ruzie met mijn partner samen op?

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Elke stap, groot of klein, helpt je kind gelukkig te zijn.