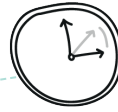


TIME-OUT

Vertel na een time-out aan je partner:



TIME OUT

Toen... (wat gebeurde er letterlijk?)

dacht ik ...

en voelde ik ...

Mijn neiging is dan om ...

En ik beseft me dat dit effect heeft op jou.
Eigenlijk zou ik graag ...(onderliggende
behoefte)

Zou je me willen helpen door... (geef aan wat
je zou wensen en accepteer ook een "nee")

