



UIT ELKAAR?

HOE GA IK OM MET MIJN EIGEN EMOTIES?

De relatie is over. Het verder gaan nadat de relatie is gestopt is soms lastig en intens. Allerlei zaken komen op je af en gevoelens lopen door elkaar heen. Hoe ga je om met die gevoelens? Hoe zorg je ervoor dat de boosheid, de teleurstelling of het verdriet je niet de baas zal worden? Hoe zorg je ervoor dat als er kinderen bij betrokken zijn je als ouders samen verder kan?



**“Ik had altijd
gedacht dat we
“samen” papa en
mama zouden
blijven”**

**“Ik ben verdrietig
en boos tegelijk”**

**“Ik ben bang dat
onze kinderen niet
de aandacht
krijgen die ze
verdienen”**

**“Het lijkt wel alsof
we het nergens
over eens zijn met
elkaar”**

PRAKTIJK HEEREWAAARDEN

Burgemeester de
Withstraat 59
De Bilt

www.praktijkheerewaarden.nl

neem vrijblijvend contact op:

0615490331

infopraktijkheerewaarden.nl