

Laat je voedende ouder groeien

Voedende acties

- belangstelling tonen
- 'er zijn' voor de ander
- tijd vrijmaken
- iets doen voor de ander wat belangrijk voor hem is
- luisteren
- troosten
- strelen
- verwennen
- gastheer/gastvrouw zijn
- iemand voeden
- knuffelen
- omhelzen
- iemand begeleiden
- complimentjes geven
- wiegen
- masseren
- koken voor een ander
- in bad doen
- begrip hebben voor een ander
- het goede in anderen blijven zien

Positief kritisch

- anderen confronteren
- zichzelf confronteren
- positieve, opbouwende kritiek leveren
- iemand iets leren
- overhoren
- orde houden
- in een rollenspel voor baas, agent etc. spelen
- assertiviteitstraining volgen
- discussie aangaan
- feedback geven
- de grens aangeven