

Bijlage 1**Werkvorm voor de deelnemers: Van verliefdheid naar liefde**

1. Zoek drie kernkwaliteiten van jezelf, gebruikmakend van een kwadrant van Ofman. Om je op weg te helpen staan er een paar uitgewerkte voorbeelden. Je vindt ook een tabel met voorbeelden. Vertrek vanuit eigenschappen waaraan jij je ergert (jouw ergernis of allergie), en ga zo op zoek naar jouw kernkwaliteit, valkuil en uitdaging of groeikans. Vergelijk daarna met je partner. Herken je elkaars kernkwaliteiten?
2. Bestaat er een verband tussen jouw kernkwaliteiten en de groeikansen van jouw partner? Hoe kan jouw partner jouw gids zijn en omgekeerd? Waar kunnen jullie iets van elkaar leren?
3. Met welke eigenschap van jouw partner heb jij het soms moeilijk? Wat is de positieve keerzijde van deze eigenschap? Voel je je verliefd, of heb je je ooit verliefd gevoeld, op deze positieve eigenschap?

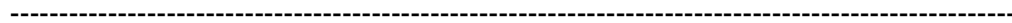
Mijn allergie, kernkwaliteit, valkuil en groeikans:

Voorbeelden

altruïsme → zelfopoffering
(kernkwaliteit) (valkuil)



egoïsme ← zelfontplooiing/zelfzorg
(ergernis, allergie) (uitdaging, groeikans)



diepzinnig → piekeraar, 'in je hoofd' zitten



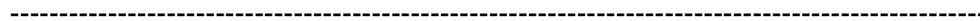
oppervlakkig ← speels, zorgeloos, kinderlijk



betrouwbaar → voorspelbaar, saai
sprankelend



Onbetrouwbaar ← verrassend, sprankelend



pittig → onvriendelijk
vinnig



te braaf ← vriendelijk
'goedzak'

Allergieën, kwaliteiten, valkuilen en groeikansen

<u>Allergie</u>	<u>Kernkwaliteit</u>	<u>Valkuil</u>	<u>Groeikans</u>
eigengereid eigenzinnig	meegaand, gemakkelijk	onzelfstandig	zelfstandig
'zonder ruggengraat'	vasthoudend, doorzettend	koppig	soepel, flexibel
slordig, onzorgvuldig	punctueel, ordelijk, detailgericht	pietluttig	oog voor het geheel hebben, ruimdenkend zijn
gevoelloos	stemmingsgevoelig, open	humeurig	evenwichtig
cynisch	idealistisch	naïef	nuchter
respectloos	voorzichtig, respectvol	geremd	spontaan
piekerend	genietend, zorgeloos	verkwistend	zorgvuldig
gedreven, opgejaagd	relativerend, realistisch	onverschillig	toegewijd
hard	diplomatiek, liefdevol	slijmerig, vleierig	eerlijk
martelaar, weerloos	zelfstandig, weerbaar	egoïstisch	altruïstisch
onverantwoordelijk, besluiteloos	verantwoordelijk, besluitvaardig	bazig, dominant	bereid tot luisteren naar anderen
gevoelloos, geïsoleerd	gevoelig, ontvankelijk	lichtgeraakt	niet gemakkelijk van z'n stuk te brengen, innerlijke autoriteit
kleurloos	creatief, intuïtief	zweverig	nuchter
flauw, tam	intens, energiek	fanatiek	relativerend
onverschillig, onbetrokken	attent, betrokken	opdringerig	ruimte gevend
wispelturig	gedisciplineerd, consequent	star	flexibel
bandeloos, ontrouw	trouw, toegewijd	bezigterig, veeleisend	vrijlatend
vasthoudend, beperkend	grensverleggend, onderzoekend	onvoorzichtig	voorzichtig
gemakkelijk, geen kwaliteit zoekend	ambitieuw, kwaliteit nastrevend	ontevreden	tevreden
roekeloos, onvoorzichtig	voorzichtig	angstig, onzeker	moedig, vertrouwend
onfatsoenlijk	fatsoenlijk	star	vrij
snoeverig	bescheiden	gevoel van minderwaardigheid	eigenwaarde, zelfbewust