

## Bijlage 1

### Werkvorm voor de deelnemers: **Mijn gesloten doosje**

1. Denk rustig na over de volgende vragen, en noteer je antwoorden op de strookjes papier:
  - 'Doen alsof'
    - Wanneer heb ik ooit gedaan alsof?
    - Waarom deed ik dit?
    - Noteer je antwoord, en steek het in de omslag.
  - 'Liegen in kleine dingen'
    - Wanneer heb ik ooit de waarheid (een beetje) verdraaid of verzwegen?
    - Waarom deed ik dit?
    - Noteer je antwoord, steek het in de omslag en kleef die dicht.
2. Ga nu opnieuw bij je partner zitten. Vertel elkaar of er wel of niet een papiertje in de omslag zit. Vertel elkaar hoe je je voelde bij deze opdracht. Wat betekent het om niet te 'liegen' in een relatie? Wat kan het betekenen in jullie relatie?
3. Als teken dat je geleerd hebt uit het verleden en een nieuwe start wilt nemen, knip je jouw omslag in kleine stukjes.
4. Het is niet altijd gemakkelijk, maar wel helend om thuis hierover verder te spreken. Kun je je partner vertellen wat er op jouw briefje stond? Vertel dit zacht en tactvol. Vertel ook waarom je toen de waarheid niet sprak. Luister liefdevol en vergevingsbereid naar het verhaal van je partner, wetend dat jullie beiden mensen zijn met fouten.