



## Gespreksformulier 1. Klaar voor de start!

### Aanwezig:

1. Aantekeningen worden gemaakt door:
2. Nabespreken:

### Tekst stap 1

Wat herkenbaar was voor ons:

Wat nieuwe was voor ons:

3. Samen doen:

#### **Grote beloning** (vul aan wat jullie keuzen zijn)

- Gezamenlijk uitje (activiteit, weekend).
- Een spel kopen waar je samen mee kan spelen.
- Iets in huis aanpakken wat jullie graag anders willen.
- .....
- .....
- .....

#### **Kleine beloning** (vul aan wat jullie keuzen zijn)

- Een gerecht uitkiezen wat je wilt eten
- Een dag vrijaf van jouw taak in huis
- Een week zeurvrij alles regelen wat je moet doen
- Een week een puinhoop maken van je kamer, zonder commentaar
- Een avond in de komende week een uur later thuis mogen komen
- Een verwenmomentje met een van je ouders voor jou alleen
- Een week lang extra complimenten krijgen.
- Een keer samen koken
- Een avondje film kijken thuis

- Een week geen kritiek op elkaar geven
- Een avond een spel doen met z'n allen
- Twee keer een uur extra gamen (in de week)
- .....
- .....
- .....

**Chillax-manieren** (vul aan)

- Samen iets drinken/eten
- Samen naar muziek luisteren
- Allemaal iets tekenen
- Allemaal een kort gedichtje/tekst schrijven
- Samen naar een rustig filmpje op YouTube kijken
- Zelf een muzieknnummer spelen.
- Samen een kort kaart-/gezelschapspelletje doen
- Elkaar een leuke ervaring vertellen (boek wat je hebt gelezen, game die je hebt gespeeld, serie/film, concert wat je hebt gezien)
- .....
- .....
- .....
- .....

We gaan een reisverslag bijhouden in de vorm van:

Het speedexperiment wat we gaan doen is:

Wat ouder(s) doen is:

Wat de kinderen gaan doen is:

4. Wat we voorbereiden voor het volgende gesprek:
  
5. Het volgende gesprek doen we op:
  
6. Het afsluitende chillax-moment van dit gesprek: