

AAN DE SLAG!



LEEFSTIJL: GEWOONTEN

Ben jij je bewust van jouw gewoonten? Herken je ze en zou je er iets aan willen veranderen? Leer jij je kinderen gewoonten waar je eigenlijk wel afscheid van wil nemen? Denk eens na over onderstaande vragen, schrijf de antwoorden op, deel het, en kom in actie!

Een culturele gewoonte van het land waarin ik geboren ben is:
(denk bijvoorbeeld aan feestdagen, rituelen, manieren van met elkaar omgaan)

Vind je deze gewoonte positief? Zo ja, bedank je opvoeders voor het aanleren van deze gewoonte.

De volgende drie gewoonten in ons gezin vind ik positief:
(denk bijvoorbeeld aan rolverdeling bij opvoeden, gezinsactiviteiten, de manier waarop jullie verjaardagen vieren)

1. _____

2. _____

3. _____

Aan deze gewoonte(n) wil ik iets veranderen:
(denk bijvoorbeeld aan je manier van communiceren, vieren van feesten, gezondheid)

1. _____

2. _____

3. _____

Heeft je kind deze gewoonten van je overgenomen? Bespreek met je kind dat je het wil veranderen.

Denk nu eens na over mensen in je omgeving die andere gewoonten hebben. Gewoonten die je misschien lastig vindt of juist zou willen overnemen.
(denk bijvoorbeeld aan gewoonten die te maken hebben met geloof, manier van opvoeden, kledingstijl)

Persoon	Gewoonte

Wat vind je van deze gewoonten?