

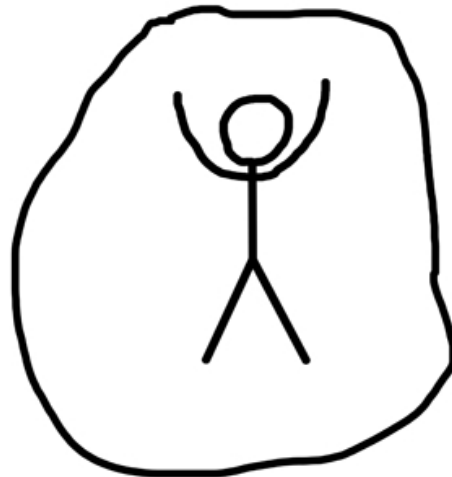


PERSOONLIJKE GRENZEN



Persoonlijke grenzen zijn een flexibel gegeven. Ze liggen niet vast maar zijn afhankelijk van de situatie: waar bevind ik me? met wie? hoe voel ik me? voel ik me veilig en kan ik me openstellen? voel ik me bedreigd en trek ik een muur op ter bescherming?

Hoe sta ik doorgaans in het leven? Heb ik voldoende persoonlijke ruimte?



Heb ik er nood aan om mijn eigen grenzen beter te bewaken?
Hoe zou ik dat kunnen doen?